CARAS

EDIÇÃO 1.603 - ANO 31 - Nº 31 - 02/08/2024

www.caras.com.br

EXCLUSIVO

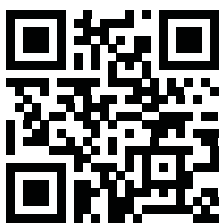
Com o sucesso da série *Pedaço de Mim*, a atriz é recebida com status de estrela internacional em Los Angeles: "Feliz de representar o potencial da indústria brasileira"

JULIANA PAES CONQUISTA HOLLYWOOD

NO SBT, FABIANA KARLA ASSUME NOVA TEMPORADA DO *BAKE OFF*

RETORNO TRIUNFAL DE CÉLINE DION NAS OLIMPÍADAS

O ESTILO VANGUARDISTA DA MUSA EMMA CORRIN

"QUERO FAZER A CINEBIOGRAFIA DO LÁZARO RAMOS", JEAN PAULO

GETTY IMAGES

“Sete são as tentações,
Nove as horas do dia,
Dois a distância entre nós
*E uma só a via.”**

* **Max Harris** (1921-1995) foi um poeta e crítico australiano cuja obra possui forte influência do modernismo.

Em Campos do Jordão, a estrela vive período relax no Quebra-Noz, eleito o melhor hotel de montanha do Brasil. Na TV, apresenta reality.

"Foi bom poder mergulhar em mim para me entender melhor."

por **Fabricio Pellegrino e Daniel Palomares**
fotos **Samuel Chaves**

Ela não para! **Fabiana Karla** (48), que este ano já brilhou nas telonas com o longa *De Repente, Miss*, já tem outras duas estreias marcadas para este mês. A atriz volta ao papel de Helena Maravilha na segunda temporada de *Rensga Hits*, do Globoplay, e assume o comando da nova edição do reality *Bake Off Brasil*, no SBT, atração que chega ao seu 10º ano de exibição.

Diante da rotina atribulada e cheia de projetos, nada melhor do que uma pausa em meio à calmaria da natureza. "*Eu sou muito contemplativa, adoro olhar as flores, os bichinhos. Adoro a natureza, ela me traz paz*", fala ela, convidada da

"Adoro olhar as flores, os bichinhos. Adoro a natureza, ela me traz paz."

Temporada de Inverno CARAS 2024, no Hotel Boutique Quebra-Noz, em Campos do Jordão, na serra paulista. "*Fui muito bem recebida nesse lugar. A* CARAS *sempre me acompanha em todos os momentos da minha vida e fico feliz com esse carinho*", completa a atriz.

Animada com o desafio de apresentar a disputa culinária do SBT, Fabiana já está no clima da nova empreitada. "*Eu estou em um caso de amor com o* Bake Off*! Recebi um convite lindo do SBT, da Warner e do Discovery Home & Health. As estrelas são os participantes, gente do Brasil inteiro com receitas muito brasileiras. Vamos reativar as receitas salgadas também!*", avisa. "*A ideia é trazer um programa com descontração e leveza. Nada como uma apresentadora nordestina, com*

FABIANA KARLA VIVE NOVA ESTRELA DO *BAKE OFF BRASIL*,

MOMENTO DOCE E DE CALMARIA

ELA CELEBRA CONQUISTAS: “TENHO ESPÍRITO JOVEM”

"É difícil ter uma mulher nordestina em uma posição de sucesso."

Nova apresentadora do *Bake Off Brasil*, do SBT, Fabiana se encanta com as lições que aprende com participantes e com os jurados da disputa: a confeiteira Carole Crema e o chef André Mifano. A nova temporada do *reality* trará de volta as receitas salgadas e aguça o paladar da atriz antes da estreia!

carisma... É difícil ter uma mulher nordestina em posição de sucesso. E eu posso dizer que construí uma carreira e estou nesse lugar", pontua.

E não é só na carreira que ela encontra plenitude. Diagnosticada, há cerca de dois anos, com TDAH, Fabiana conseguiu enfrentar obstáculos que a acompanhavam ao longo da vida. "*Foi bom mergulhar em mim para me entender melhor e ter uma vida mais tranquila. Gosto de falar sobre isso para que as pessoas entendam que não estão sozinhas. Tem gente que tem vergonha, se sente constrangida. Antigamente, diziam que ir ao psiquiatra era coisa de maluco, mas é bom se tratar. Faço uso de medicamentos e terapia. Não sei explicar, mas o sentimento era aprisionador*", relembra ela.

"Não sei se essa é a minha melhor versão, mas eu estou fazendo o que dá."

No ano que vem, Fabiana comemora seus 50 anos e a fase de descobertas não poderia ter vindo em melhor momento. "*Tenho esse espírito jovem, meu corpo é um detalhe. Quando olho para trás, penso como é bom ter feito tanta coisa gostosa! Tenho a liberdade, aos quase 50, de ter uma vida gostosa. Eu me dei essa possibilidade! Não sei se é a minha melhor versão, mas estou fazendo o que dá*", conclui a estrela.

FOTOS: SAMUEL CHAVES

Em equilíbrio após o diagnóstico de TDAH, Fabiana festeja fase de descobertas pessoais e curte a Temporada de Inverno de CARAS.

GALA SOLIDÁRIA SENSIBILIZA

DE CORAÇÃO ABERTO, VIPS ABRAÇAM CAUSA DO BEM

A charmosa Saint-Tropez, no sul da França, foi palco da concorrida Summer Gala, evento beneficente que mobiliza estrelas do cinema, da música e grandes empresários em noite regada a espumantes e muito luxo. *"Fico feliz em participar desse evento que se dedica a ajudar pessoas em situação de vulnerabilidade social e a preservar os recursos do nosso planeta. O dinheiro arrecadado vai para entidades que ajudam a garantir acesso à água, mantêm a segurança de crianças africanas, promovem o bem-estar de refugiados e protegem os animais"*, destacou **Kate Beckinsale** (50), a bordo de pretinho nada básico com direito a laço dourado na cintura. *"Uma noite incrível! A solidariedade é dever de todos"*, resumiu **Emma Roberts** (33), sobrinha da estrela **Julia Roberts** (56), que fez sua primeira aparição pública ao lado de **Cody John** desde que eles anunciaram o noivado.

"Uma noite incrível. A solidariedade é um dever de todos." ***(Emma Roberts)***

Performática, **Kylie Minogue** (56) foi a grande atração da festa e dividiu as atenções com o cantor **Kaleo** (33), que também soltou a voz. *"Grande ou pequena, de perto ou de longe, qualquer ajuda é importante. É devastador ver como o meio ambiente tem sido destruído e como pessoas têm sofrido com as mudanças climáticas"*, defendeu a cantora.

Ícone pop, **Camila Cabello** (27) seguiu a linha das convidadas da noite e investiu em look sóbrio. A sobriedade, porém, ficou só no modelito, já que a estrela era uma das mais animadas da festa. *"A necessidade de apoio é esmagadora"*, analisou a cantora, que acaba de lançar o álbum *C, XOXO* em formato vinil e feito em bioplástico derivado da cana-de-açúcar. A ideia é reduzir impactos ambientais. *"É uma edição limitada"*, avisou ela, na gala que teve presença da *influencer* **Chantal Monaghan**.

Kate Beckinsale, de Raisa Vanessa

Kylie Minogue, de Marmar Halim

FOTOS: GETTY IMAGES

Emma Roberts, de Fendi

Chantal Monaghan, de Dolce & Gabbana

Camila Cabello

Kaleo faz *pocket show*

FAMOSAS NA CÔTE D'AZUR

Na charmosa região francesa, estrelas levam glamour e filantropia ao red carpet de noite em prol do planeta.

HIGHFIVE/BAUER-GRIFFIN/GC IMAGES

JAMIE RECUPERADO
ASTRO ABRE INTIMIDADE

Em temporada de descanso na Califórnia, **Jamie Foxx** (56) se mostrou recuperado do susto que passou no ano passado ao ficar internado por quatro meses. Pela primeira vez, o ator revelou que foi uma forte dor de cabeça que o levou ao hospital. *"Eu fiquei fora por 20 dias. Não me lembro de nada"*, disse. Discreto em relação à vida pessoal, ele explicou que não quis expor o seu problema de saúde porque não queria que o público o visse dessa maneira. *"Eu quero que me vejam rindo, festejando, contando uma piada, fazendo um filme. Não queria que vissem todos aqueles tubos saindo de mim e eu tentando descobrir se conseguiria passar por isso"*, explicou ele, com mais de 30 anos carreira.

KLARA CASTANHO EM TERRAS LUSAS
FASE DE RELAX APÓS *DANÇA DOS FAMOSOS*

De férias após o término do *Dança dos Famosos*, quadro do programa *Domingão com o Huck*, da TV Globo, a atriz **Klara Castanho** (23) elegeu Portugal para renovar as energias. *"Reaprendi a ver as minhas dificuldades, as minhas limitações, a me reconhecer num lugar novo; renovei meu saldo de readaptação, descobri que meu corpo ia muitíssimo além do que eu imaginava"*, avaliou ela.

FOTOS: VICTOR CHAPETTA/AGNEWS

MALU MADER APLAUDE APRESENTAÇÃO DE SEU TONY BELLOTTO
EM SHOW DOS TITÃS, ELA CELEBRA VOLTA À TELEDRAMATURGIA APÓS HIATO

Mesmo com a agenda apertada por conta das gravações da novela global *Renascer*, a atriz **Malu Mader** (57) encontrou tempo para prestigiar show do marido, o vocalista e guitarrista dos Titãs, **Tony Bellotto** (64). Ao lado dos parceiros de banda, **Branco Mello** (62) e **Sérgio Britto** (64), ele soltou a voz com a turnê *Microfonado*. Apaixonada, mesmo após 34 anos juntos, Malu não perde uma oportunidade de aplaudir o amado. *"O Tony é um cara especial e foi muito importante para mim, nesse trabalho, estar casada com um cara que nem ele. É importante que os homens sejam feministas; e ele é um cara extremamente feminista"*, falou ela, radiante com o retorno à TV. *"Não sabia que estava com tanta saudade do meu trabalho",* disse.

RODRIGO LOMBARDI E MARCOS PASQUIM
A HABILIDADE DA DUPLA NAS ARTES E NO *GREEN*

Amigos de longa data, os atores **Rodrigo Lombardi** (47) e **Marcos Pasquim** (55), além da profissão, têm em comum a paixão pelo golfe. Os dois aproveitaram manhã de sol no Rio para praticar o esporte e colocar a conversa em dia. *"Eu comecei a jogar no videogame. Sempre gostei de jogos de dirigir, de guerra, mas o golfe me desafiou. O Rodrigo me trouxe para o campo e eu levei o Rodrigo para o videogame. E ele também se apaixonou pelo mundo virtual!"*, contou Pasquim.

DILSON SILVA/AGNEWS

LARISSA E SEU FLÁVIO: *TOUR*
ROMANTISMO PELA EUROPA

Temperada com amor e aventura, a viagem de férias da modelo e apresentadora **Larissa Chehuen** com seu amado, o empresário **Flávio Sarahyba**, teve no roteiro paradas na capital portuguesa, Lisboa; em Ibiza, na Espanha; além de Saint-Tropez, no sul da França. *"Minha dupla da vida, minha melhor companhia e meu amor"*, afirmou ela, encantada com as paisagens da Europa. *"O Centro Histórico de Saint-Tropez é uma graça! Cheio de casinhas com as fachadas coloridas em tons pastel. Amei"*, falou ela, em clima de puro romantismo.

FOTOS: PASCAL LE SEGRETAIN/GETTY IMAGES

ALBERT II COMANDA O 75º BAILE DA CRUZ VERMELHA
CHARLENE WITTSTOCK ROUBA A CENA EM NOITE DE SOLIDARIEDADE

Príncipe de Mônaco, **Albert II** (66) e sua princesa, **Charlene** (46), foram os anfitriões do tradicional Baile da Cruz Vermelha. *"É gratificante ver como podemos fazer diferença na vida das pessoas"*, disse o nobre, na noite que ainda contou com presença de sua sobrinha **Camille Gottlieb** (26), filha da princesa **Stéphanie** (59). Com direito a leilão e jantar digno de realeza, a noite foi conduzida por **Taïg Khris** (48) e **Tatiana Silva** (39).

DÉBORA NASCIMENTO

BEIJOS COM GUILHERME COELHO

Criado para reconhecer e valorizar a atuação de servidores públicos que trabalham para transformar positivamente a vida dos brasileiros, o Prêmio Espírito Público chegou à sua 6ª edição com direito a festa no Rio. Os mais de 110 mil servidores que atuaram nas enchentes do Rio Grande do Sul receberam homenagem especial, em noite com a presença de time de personalidades.

O destaque ficou por conta da atriz **Débora Nascimento** (39). Acompanhada do diretor de cinema **Guilherme Coelho** (45), ela não escondeu o clima de romance e não economizou nos beijos durante a premiação. Discreta desde o atribulado divórcio do ator **José Loreto** (40), em 2019, a atriz apenas falou sobre a cerimônia: *"Meu desejo é que todos possam conhecer e se inspirar com os projetos mais transformadores do Brasil"*.

> **"Desejo que todos se inspirem com projetos transformadores."**
> ***(Débora Nascimento)***

Em noite de cerimônia no Teatro Rival, Rio, Débora Nascimento rouba a cena e não disfarça romance. O ator Carmo Dalla Vecchia com a atriz e o diretor de cinema Guilherme Coelho.

Clube de Revistas

por **Tamara Gaspar**

É difícil compreender os sentimentos que tomam conta de **Joe Biden** (81) desde que ele anunciou sua desistência à reeleição da Casa Branca. Após período de incertezas e pressão, o político se retirou da campanha presidencial, mas segue firme em seu mandato pelos próximos seis meses. *"Decidi que o melhor caminho a seguir é passar a tocha para uma nova geração. Essa é a melhor maneira de unir a nação. Há um tempo para seguir a vida pública e há também tempo para vozes frescas, vozes jovens. Esse lugar, esse tempo, é agora"*, disse ele. A pressão para a desistência da candidatura começou a ganhar corpo após uma série de gafes e situações constrangedoras protagonizadas por Biden, que já vinha sendo criticado por conta de sua idade avançada e, consequentemente, suas capacidades físicas e cognitivas. Em encontro com o presidente ucraniano, **Volodymir Zelensky** (46), por exemplo, ele o chamou pelo nome do inimigo, **Vladimir Putin** (71). Em outra ocasião, trocou o nome de sua vice, **Kamala Harris** (59), pelo do adversário, **Donald Trump** (78). Kamala, aliás, tem apoio do presidente para concorrer às eleições.

"Há um tempo para seguir na vida pública e também há tempo para as vozes frescas."

A jornada política de Biden começou em 1973. Foram seis

JOE BIDEN PRESIDENTE DOS

Após pressão pública e do partido, Joe Biden desiste de sua reeleição à Casa Branca. Grupos de apoiadores celebram a decisão do político.

ENCERRA SUA EPOPEIA POLÍTICA

EUA SAI DE CENA, MAS DEIXA LEGADO DE FORÇA E FÉ

"Entendi como o desespero pode levar as pessoas a desistirem."

Biden recebe apoio dos filhos Hunter e Ashley. Casado há quase cinco décadas, Biden encontra na amada, Jill, as forças necessárias para seguir.

FOTOS: GETTY IMAGES

mandatos como senador, dois como vice-presidente do país, durante o governo de **Barack Obama** (62), até a chegada à Casa Branca, no ano de 2021. *"Política não precisa ser um fogo violento que destrói tudo em seu caminho. Cada discordância não precisa ser causa para uma guerra total. Foi a maior honra da minha vida servir como presidente"*, frisou o democrata que sempre se mostrou resiliente. Aos 29 anos e recém-eleito senador, perdeu a então mulher, **Neilia** (194-1972), e a filha de 1 ano, **Naomi**, em um acidente de carro. Diante da tragédia, Biden pensou em desistir da vida, mas se reergueu e seguiu em frente. *"Entendi como o desespero leva as pessoas a desistirem. O suicídio se tornou uma opção racional"*, contou ele, que resistiu pelos filhos, **Hunter** (54) e **Beau**, que faleceu aos 46 anos, vitima de um câncer. Outra barreira que Biden precisou enfrentar para seguir na vida pública foi a gagueira. *"Não tem nada a ver com o quociente de inteligência, mas infelizmente é motivo para as pessoas serem humilhadas"*, chegou a dizer ele.

"Política não precisa ser um jogo violento que destrói tudo em seu caminho."

Casado há 47 anos com **Jill Biden** (73), com quem tem **Ashley** (43), o presidente encontra na amada seu maior apoio. *"Foi ela quem sempre me devolveu a vida!"*, afirmou ele. *"Os propósitos de Joe sempre o levaram para frente. A sua força é algo que não conseguimos parar. Não é questão de ele ser político, é algo que está com ele, na sua fé"*, apontou a primeira-dama.

Após anunciar sua saída da corrida presidencial, Biden faz 1º discurso à nação no Salão Oval da Casa Branca sob olhar atento de sua Jill Biden.

FOTOS: GETTY IMAGES

AMIZADE INABALÁVEL DE RYAN REYNOLDS E HUGH JACKMAN EM NY
PREMIÈRE GANHA APLAUSOS DE BLAKE LIVELY, GIGI HADID E WUNMI MOSAKU

Lançamento do momento, *Deadpool & Wolverine* ganhou *première* estrelada na Big Apple. Protagonistas do filme, **Ryan Reynolds** (47) e **Hugh Jackman** (55) cruzaram o red carpet com **Blake Lively** (36) – eleita de Ryan –, e **Gigi Hadid** (29), que foram vestidas com as cores dos heróis da saga. *"O Ryan faz qualquer um rir, em qualquer situação"*, afirmou Gigi, na noite que ainda contou com presença de **Wunmi Mosaku** (37). *"Este filme é uma carta de amor à amizade, feita por amigos"*, resumiu Ryan.

DISCRIÇÃO DE RAICA NO RIO
COM SEAN, TOP PRESERVA O CLÃ

Juntos há cinco anos, **Raica Oliveira** (40) e **Sean Gabriel** têm sido cada vez mais discretos. Pais de gêmeas – a top deu à luz em julho –, eles mantêm a nova vida em família longe dos flashes. *"É um momento muito especial"*, chegou a dizer a beldade, que revelou a gravidez na reta final. Já as informações sobre o nascimento de suas filhas seguem em sigilo. Musa fashion, ela desacelerou da moda nos últimos anos. *"Eu quero me dedicar a outras paixões"*, falou ela, em *tour* carioca com o eleito, afilhado do estilista **Valentino Garavani** (92).

DAN DELMIRO/AGNEWS

OSEIAS BARBOSA

EM RITMO ACELERADO
ÊXITOS DE RAFAEL INFANTE

Os ventos têm soprado a favor de **Rafael Infante** (38). Além das gravações do filme *Minha Mãe Saiu de Férias*, no qual contracena com a filha, **Lara** (7), ele se prepara para dirigir duas peças e volta aos palcos com o monólogo *Terapia Infernal*, em setembro.

GLAMOUR E BOM HUMOR DITAM ETAPA DO *THE QUEEN BRASIL*

FABIO PORCHAT INTEGRA TIME DE JURADOS EM NOITE NO RIO DE JANEIRO

A final das seletivas do *The Queen Brasil*, na Cidade Maravilhosa, foi temperada com muito brilho, luxo e bom humor. **Karoline Absinto**, **Fabio Porchat** (41) e **Suzy Brasil** (57) assumiram o posto de jurados da noite. *"Estou nervoso!"*, brincou o comediante e apresentador do *Que História É Essa, Porchat*, do GNT, antes de subir ao palco. *"Relaxa, Fabio! As drags são enlouquecidas por você. Você vai ser um jurado delícia!"*, rebateu Suzy, aos risos. A grande final do concurso está marcada para setembro.

ANDERSON BORDE/AGNEWS

GETTY IMAGES

ESTILO ÚNICO DE RIHANNA

MATERNIDADE MUDA SEU OLHAR

Camaleônica, **Rihanna** (36) circulou pelas ruas de Nova York com seu novo visual: *dreads*. Com licença poética para se aventurar na moda, a estrela sempre fez investidas ousadas, mas confessa que a maternidade a fez repensar alguns estilos. *"Eu deixava meus mamilos de fora, minha calcinha exposta. Mas, hoje, esse tipo de coisa, como mãe, como uma mulher jovem e mais madura? Acredito que jamais voltarei a fazer"*, comentou ela, em recente entrevista. Eleita do rapper **ASAP Rocky** (35), com quem tem os pequenos **RZA** (2) e **Riot** (10 meses), ela ainda confessa que, no início, tinha dificuldade em vestir as crianças. *"Quando vou escolher roupas para eles, sempre tento vesti-los como o Rocky. Nós, como mulheres, sempre pensamos: 'vou colocar roupinhas fofas nos meus filhos'. Mas aí você tem meninos! O que eu faço? Para mim, a melhor solução foi vesti-los igual ao pai"*, explicou. Se depender de Rihanna, as roupinhas fofas ainda terão espaço, já que ela não descarta a possibilidade de ter mais filhos e, quem sabe, uma menina. *"Não sei o que Deus quer, mas teria mais filhos. Tentaria uma garota, mas claro que se for outro garoto está ótimo"*, disse ela.

Os implantes não têm fins estéticos, mas ajudam na saúde da mulher

Há 50 anos, Elsimar Coutinho, médico e cientista brasileiro, criava os implantes hormonais. Hoje, o método se tornou uma via segura e eficaz para o tratamento da endometriose, miomatose e patologias estrogênio-dependentes. Com o implante, ainda é possível fazer reposição hormonal e a supressão menstrual em situações em que a mulher sofre com sintomas como a cólica.

Tenho me dedicado a cuidar da mulher há 47 anos. Eu sempre valorizei aspectos físicos, emocionais e culturais de cada uma das pacientes, independentemente do nível social, e vejo que tudo que se refere à sexualidade feminina é tabu e cercado de mitos. Temas como autoerotismo (masturbação), o prazer sexual (orgasmo), a amamentação, o ciclo menstrual e a menopausa, por exemplo, ainda geram uma série de dúvidas e questionamentos no âmbito social, mesmo nas civilizações mais avançadas.

Na década de 1980, iniciei um trabalho com o doutor **Elsimar Coutinho**, médico e cientista brasileiro que promoveu verdadeira revolução na medicina com a criação dos implantes hormonais há 50 anos. O implante é considerado um dos maiores marcos científicos na história da terapia hormonal e, atualmente, figura como uma via segura e eficaz para tratamento da endometriose, miomatose e uma série de patologias estrogênio-dependentes.

Nosso trabalho com implantes hormonais foi sempre uma batalha devido a preconceitos e tabus em relação a suspender a menstruação, um evento simbólico para as mulheres há milhares de anos. A partir do revisionismo histórico, é possível identificar que, na época da Mesopotâmia, mulheres que menstruavam mais que quatro dias eram castigadas com 100 chibatadas e colocadas num quarto escuro.

Hoje, com os implantes hormonais, é possível realizar a supressão menstrual em situações em que a mulher passa a sofrer com sintomas da menstruação e, consequentemente, interferências na sua rotina de compromissos.

Outro aspecto diz respeito à reposição hormonal. Atualmente, com o avanço da medicina, essas reposições são importantes para garantir a longevidade e qualidade de vida das mulheres. Atualmente, os implantes hormonais possibilitam a chance de ajudar a estabilizar pacientes com ciclos complicados por cólicas, enxaquecas e períodos menstruais cheios de sintomas. Eles também auxiliam na reposição de hormônios em pacientes pós-menopausas, e contribuem no período do climatério entre 45 e 50 anos, possibilitando a passagem dessa fase de transição sem sintomas desconfortáveis.

Os implantes são colocados embaixo da pele e com doses e combinações individuais. A duração pode ser de seis meses a um ano. Eles têm mecanismos anticoncepcionais nas mulheres jovens, bem como a possibilidade de repor hormônio em mulheres na fase da menopausa. Essa mágica de liberar um pouco por dia foi apelidada de chip da beleza. Mas chip da beleza não existe, os implantes devem ser prescritos e indicados por médicos habilitados, e não com finalidade estética.

Importante ressaltar que são dezenas de trabalhos científicos publicados a partir das décadas de 1970 e 1980 dando ênfase, respaldo e segurança para prescrever os implantes como método eficaz no tratamento de inúmeras doenças que acometem as mulheres. Vale lembrar que exames preventivos não devem ser negligenciados. Na busca pelo controle da saúde feminina, os exames como Papanicolau, mamografia, o ultrassom de mama, ultrassom transvaginal, os níveis sanguíneos de colesterol, de açúcar, função renal e pancreática, todos esses exames devem ser monitorados, anualmente. Assim, é possível fazer a prevenção de doenças clínicas que, normalmente, podem ser tratadas na fase inicial.

* ***Malcolm Montgomery*** *(CRM - 30.676) é ginecologista, coord. do Programa Comunitário em Saúde Sexual e Reprod. da Mulher pela Sociedade Brasileira de Reprodução Humana.*

HELGA NEMETIK
EM MONÓLOGO SOBRE ABUSO

por **Daniel Palomares**
fotos: **Karina Kahn e Bárbara Nunes**

Ressignificar o sofrimento e o trauma por meio da arte. Foi essa a sugestão do terapeuta de **Helga Nemetik** (43) diante das memórias e gatilhos que a atriz relatava a cada sessão. E foi preciso coragem para lidar com a sombria realidade do abuso sexual que ela sofreu ainda na infância. Hoje, a dor sofrida pela estrela foi transformada em arte, mais precisamente, no primeiro monólogo da carreira

"Sinto orgulho de mim, da minha coragem e de como eu fui forte."

de Helga, *Não Conta para Ninguém*, em cartaz no Centro Cultural FIESP, em São Paulo. "*Nunca contei a ninguém sobre o abuso sexual que sofri na primeira infância, uma fase em que descobertas e afetos são levados para o resto da vida. Quantas mulheres próximas a você passaram por situações como essa e você nunca imaginou?*", questiona a atriz carioca.

Após protagonizar sucessos no teatro musical e nas novelas, além de participar de quadros como o *Show dos Famosos*, no *Domingão*,

TRANSFORMA A DOR EM ARTE

SEXUAL, ATRIZ QUER ESPALHAR MENSAGEM DO BEM

Helga Nemetik usa sua experiência traumática da infância para criar espetáculo. No palco, ela ressignifica dor que sentiu no passado.

Helga confessa que se emociona com relatos de mulheres que assistiram à peça e se identificaram com a história. Ela criou o espetáculo para ajudar as vítimas de abuso sexual.

STYLING: NOBU E BETO KELNER

Helga agora transfere experiências pessoais para o palco, dando vida a uma atriz de musicais que se prepara para a audição de sua vida, mas que descobre que não consegue mais cantar. Determinada a reencontrar sua voz e conseguir o tão sonhado papel, ela é obrigada a enfrentar os segredos de seu passado que foram responsáveis pelo problema.

Animada com o desafio nos palcos, ela reservou espaço na agenda para um bate-papo com CARAS. Na pauta, falou sobre a importância de discutir a questão do abuso sexual e como se sente realizada em enfrentar seus próprios fantasmas e ainda ajudar outras mulheres a fazer o mesmo por meio do teatro.

– Como a peça te ajudou a ressignificar e refletir sobre o que você mesma sofreu?

– Ela ainda está me ajudando e vai me ajudar para sempre, pois penso que vou fazer essa peça até ficar bem velhinha. O mais importante para mim é perceber que com a peça, agora, vou olhar para aquele trauma pela ótica do espetáculo. A primeira coisa que vou pensar quando lembrar do trauma vai ser a obra de arte que nós construímos e como isso também ajudou outras vítimas de abuso que assistiram à peça.

– Como é a experiência de levar essa dor para o palco?

– Sinto orgulho de mim, da minha coragem, de como fui forte até aqui e também sinto que estou cumprindo uma missão muito importante. O teatro deve divertir, entreter e emocionar, sim, mas ele também deve cumprir uma função social, e esse espetáculo cumpre bem essa função.

“Com a peça, agora vou olhar para o trauma pela ótica do espetáculo.”

– Nos últimos tempos, discutiu-se muito o projeto de lei sobre punição para aborto mesmo em casos de abuso. Como você se sente diante desse cenário da sociedade brasileira?

– Sendo uma vítima de abuso, eu me sinto completamente aterrorizada com a possibilidade de se condenar uma criança que tenha engravidado por conta de um estupro, caso ela decida interromper

a gravidez. Eu, aos 10 anos, já poderia ter engravidado. Não consigo nem imaginar o que teria sido da minha vida. Criança não é mãe e estuprador não é pai.

– Você é muito conhecida pelos papéis de comédia e musicais. Qual a importância de encarar o drama desta vez?

– Me sinto muito feliz em conseguir produzir o meu trabalho e mostrar para todos a minha versatilidade como artista. Sempre foi um grande sonho poder encarar papéis dramáticos, mas nunca me deram essa oportunidade, então eu mesma me dei! E a partir de agora espero ter mais oportunidades.

– Como está sendo o retorno do público? Qual a sensação de ser ouvida sobre um tema tão sério e necessário de debater?

– O público está recebendo a peça com muito carinho, acolhimento e surpresa por nunca terem me visto atuando desse jeito. Mas o mais bonito é receber relatos de outras vítimas de abuso que se sentiram vistas, representadas e transformadas. Uma mulher me relatou que depois da peça tomou coragem para contar sobre um abuso para seus familiares depois de 20 anos. Outra mulher me disse que depois de *Não Conta para Ninguém*, ela acordou diferente e percebeu que merecia ser feliz. Ao assistir à peça, ela entendeu que a culpa que ela sentia não era dela. E é exatamente assim que nós, que fomos abusados, nos sentimos: extremamente culpados. Então, receber esses e tantos outros relatos tem me deixado extretamente feliz e com essa sensação de dever cumprido.

“O mais bonito é receber relatos de vítimas que foram transformadas.”

– Além da dedicação ao novo espetáculo, quais os seus próximos projetos?

– Tenho três longas-metragens para estrear em breve, *A Miss*, *O Advogado de Deus* e, inclusive, meu primeiro em língua inglesa, *The Fox Sisters*. Também pretendo fazer uma turnê com esse espetáculo. Levar essa história e esse tema tão importante, relevante e necessário para todo o Brasil e, por que não, para todo o mundo? ●

CARAS

ANNA GIULIA/ AGNEWS

PRETA GIL: 50 ANOS
TRIO EM SP MARCA DATA

Prestes a completar 50 anos, **Preta Gil** está revitalizada e com a agenda cheia de trabalhos. A cantora anunciou que irá comandar o Bloco da Preta, na capital paulista, no final de agosto. *"Será um mês de comemorações pelos meus 50 anos e todos fazem parte disso"*, destacou ela, que vai receber no trio o cantor **Thiago Pantaleão** (26), que defende em suas letras o antirracismo e a diversidade, pautas sempre levantadas pela própria artista. Após vencer a batalha contra um câncer, ela diz ter saído mais forte da situação. *"Amo a vida, tenho vontade de morrer velhinha. Então, me apeguei a isso para chegar à cura"*, disse a filha de **Gilberto Gil** (82).

MARIANO REGIDOR/REDFERNS

MARISA MONTE CONQUISTA A ESPANHA
CANTORA LEVA MÚSICA BRASILEIRA PARA EUROPA

Com voz inconfundível, **Marisa Monte** (57) foi uma das atrações do tradicional festival Noches Del Botânico, em Madri, na Espanha. No palco, ela foi surpreendida pelo amigo, o cantor e multi-instrumentista **Carlinhos Brown** (61). *"Que nossos encontros continuem sendo calorosos"*, disse ele, que entoou com ela o hit *Já Sei Namorar*. De lá, a estrela segue em turnê pela Europa e ainda passará por França, Alemanha e Holanda.

FOTOS: ROBERTO FILHO/BRAZIL NEWS

ELENCO DE *IMPUROS* COMEMORA A ESTREIA DA 5ª TEMPORADA
EM CLIMA DE AMIZADE, ATORES DEBATEM NOVOS RUMOS DA TRAMA NO RIO

Os atores **João Pedro Zappa** (35), **Dudu de Oliveira** (38), **João Vítor Silva** (28) e **Bruna Inocêncio** (24) se reencontraram para celebrar o lançamento da quinta temporada da série *Impuros*, do Disney+, no Rio de Janeiro. Por lá, a atriz **Sophia Abrahão** (33) não economizou nos elogios ao amado, **Sérgio Malheiros** (31), um dos protagonistas da produção. *"Essa temporada está eletrizante. Dessa vez, as lealdades serão testadas.* Impuros *é uma série na qual muitas coisas acontecem ao mesmo tempo"*, disse Sérgio, que interpreta Wilbert, o alívio cômico da trama.

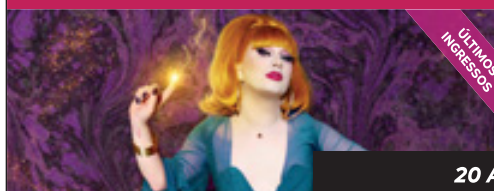
TRIO DE SUCESSO
SINTONIA NO CINEMA

Amigos dentro e fora dos sets, os atores **Keegan-Michael Key** (53), **Chris Hemsworth** (40) e **Brian Tyree Henry** (42) se divertiram na exibição do filme *Transformers One* para os fãs, no Paramount Pictures Studios, na cidade de L.A. *"Todos por um"*, brincou Chris, entre os companheiros de cena. Este é o 8º longa da franquia Transformers e deve chegar às salas de cinema do Brasil em setembro.

PHILLIP FARAONE/GETTY IMAGES FOR PARAMOUNT PICTURES

A MUSA GISELE BÜNDCHEN ESTRELA CAMPANHA DE JEANS
APÓS FOTOS, A TOP GAÚCHA ENGATA FÉRIAS NO NORDESTE COM A IRMÃ

Sempre belíssima e carismática, a übermodel **Gisele Bündchen** (44) foi eleita a estrela de campanha de uma marca jeans. Para o trabalho, ela desembarcou no Rio de Janeiro, onde fez as fotos, e, na sequência, partiu rumo à Bahia para curtir merecidas férias ao lado da irmã gêmea, **Patrícia**. Em meio às paisagens baianas, a dupla celebrou o aniversário de 44 anos e lamentou a ausência da mãe, **Vânia Nonnenmacher**, que faleceu no início do ano. *"Te amo eternamente, mãezinha! Sentimos muito a tua falta"*, comentou Gisele. As irmãs também passearam de barco e aproveitaram a gastronomia local. *"Grata por estar comemorando mais um ano ao redor do sol com minha supermana"*, disse a modelo, mãe de **Benjamin** (14) e **Vivian Lake** (11).

LECA NOVO

BIA BEN AMPLIA HORIZONTES E SUCESSO NAS REDES SOCIAIS, ELA BUSCA EQUILÍBRIO

Uma hora em Los Angeles, nos EUA; na outra, em Campos do Jordão, no interior de SP. Essa é a agenda de sucesso da influenciadora **Bia Ben** (21), que mora no Rio de Janeiro. "*Minha primeira vez em Campos e em grande estilo! A minha experiência foi incrível. Estou numa temporada forte de trabalho. Fui de L.A. para São Paulo e depois já vim para cá. É delicioso, mas é muito cansativo também*", diz Bia, que curtiu o friozinho da cidade da Serra da Mantiqueira a convite da Temporada de Inverno de CARAS 2024 ao lado do filho, **Benjamin** (4). "*Estava sentindo falta dele e, quando surgiu essa proposta, foi o momento perfeito. Nós já andamos a cavalo, nos divertimos. Estou trabalhando, mas me sinto em casa*", comemora a musa, que penou com as baixas temperaturas locais. "*Eu quase nadei no fogo da lareira, que frio é esse?!*", brinca.

"Estou em uma temporada forte de trabalho. É delicioso, mas cansativo."

A recente viagem para Los Angeles teve motivo mais do que especial. Bia foi uma das únicas brasileiras a serem convidadas para o BET Awards, a principal premiação voltada ao entretenimento negro dos EUA. Por lá, ela conseguiu descolar uma foto com o cantor **Akon** (51) e até recebeu *likes* em suas redes sociais da diva **SZA** (34), mas o que realmente impressionou foi seu look. Bia usou vestido feito sob medida pelo designer italiano **Nicola Bacchilega**, que viajou ao Brasil só para vesti-la! "*Eu precisava de um vestido e já tinha um em mente, tinha visto uma atriz gringa usando. Fui atrás de um stylist no Brasil que pudesse fazer e ele acabou mostrando o meu perfil do Instagram para o designer do modelo original que eu tinha gostado. O estilista veio para o Brasil só para fazer um modelo exclusivo para mim! Tinha até uma fivela de ouro 18 quilates na cintura*", relembra a beldade, toda orgulhosa. Renomado, o

Influenciadora conta com 5 milhões de seguidores só no Instagram. O foco agora é investir na carreira de cantora. Para isso, ela já prepara suas primeiras músicas autorais.

"O estilista Nicola Bacchilega fez um vestido exclusivo para mim."

FOTOS: SAMUEL CHAVES

APOSTA NO MUNDO DA MÚSICA
ENTRE SUA ROTINA DE TRABALHO E A MATERNIDADE

designer já vestiu nomes como a influenciadora e empresária **Kylie Jenner** (26), a rapper **Megan Thee Stallion** (29), a cantora e atriz **Jennifer Lopez** (51), além das brasileiras **Anitta** (31) e **Gisele Bündchen** (44). "*As 'negronas' de lá são outro nível. No tapete vermelho, ficaram todas gritando, me elogiando. A estrutura da premiação era incrível e eles montavam tudo muito rápido, não dava para acreditar. A apresentadora trocava de roupa a cada bloco, era maravilhoso!*", diz Bia, que fez sucesso no prêmio com a sua produção luxuosa.

E quem sabe da próxima vez que for ao BET Awards, ela não apresenta uma de suas futuras canções? Afinal, para os próximos passos da carreira, Bia quer investir no trabalho como cantora e já está a todo vapor gravando músicas de sua autoria, além de ter um repertório de compositores que a presentearam com faixas inéditas. "*Eu estou trabalhando nas minhas primeiras músicas e acho que elas vão surpreender muito as pessoas. Sei o que as pessoas esperam de mim e sei que posso entregar algo novo*", enfatiza ela, fazendo ar de mistério e sem revelar maiores detalhes sobre a sua tão aguardada estreia no universo musical.

"Quero cantar, mas não de qualquer jeito. Quero me preparar como artista."

Preocupada com o futuro e com a qualidade do trabalho que irá entregar, Bia se dedica a estudar para vivenciar da melhor maneira sua nova empreitada como artista. "*Eu já tive muitos sonhos na vida, mas o tempo passa, vamos evoluindo e vão surgindo sonhos novos. A música é um sonho recente*", admite a estrela, cuidando dos mínimos detalhes para que o primeiro trabalho como cantora saia perfeito. *Sou perfeccionista e gosto de entregar coisas legais. Quero cantar, mas não quero cantar de qualquer forma. Quero me preparar como artista*", conclui Bia.

Ao lado do filho, o fofo Benjamin, Bia curte as delícias e o conforto do Hotel Boutique Quebra-Noz, em Campos do Jordão, no interior de SP.

Ao lado do único filho, o artista mostra sintonia em campanha de Dia dos Pais para a Raffer, grife especializada em moda masculina.

FOTOS: PRISCILA NICHELI

O AMOR DE MARCOS VERAS POR DAVI

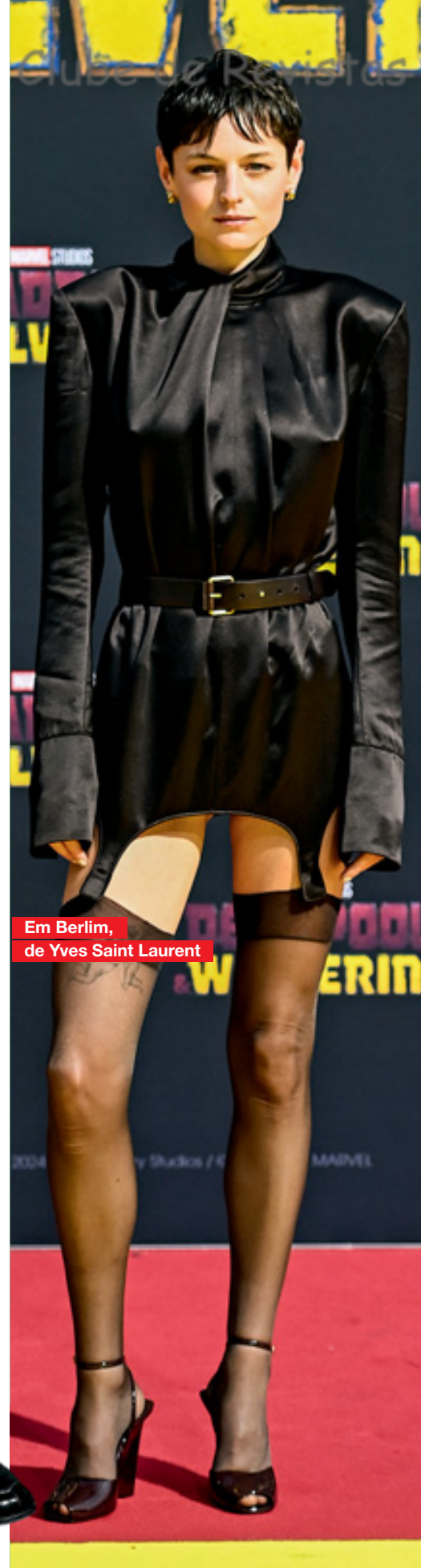
ATOR REVELA QUE A CHEGADA DO HERDEIRO FOI TRANSFORMADORA

As risadas e brincadeiras pelo estúdio, no Rio de Janeiro, até poderiam dar a entender que não era trabalho, mas, assim como faz na vida e em seu ofício, **Marcos Veras** (44) transformou um ensaio de fotos em momento de diversão para seu filho, **Davi** (3). Ao lado do pequeno, o ator, humorista e apresentador protagoniza a campanha de Dia dos Pais da grife Raffer, marca especializada em alfaiataria masculina. *"Foi lindo, ele arrebentou! Agora vou levá-lo para tudo que é canto, porque ele entrega melhor que eu"*, diverte-se o carioca, encantado com os cliques. *"Muito bonito a gente contemplar a paternidade por meio desses registros"*, diz o artista.

"Tenho noção de que era uma pessoa antes do Davi e outra agora, sou alguém melhor."

Pai coruja, Veras sempre quis ter filhos. *"Davi veio numa hora boa, de maturidade artística e como pessoa"*, fala o marido da atriz **Rosanne Mulholland** (43). *"É gratificante ver o dia a dia dele, o desenvolvimento dele, automaticamente o meu desenvolvimento, o desenvolvimento da mãe, respeitando a individualidade de cada um, claro, mas vira algo mútuo entre a família"*, conta ele, que foi transformado pela paternidade. *"Tenho noção de que era uma pessoa antes do Davi e outra agora, alguém melhor; ou pelo menos busco ser"*, diz.

Em Santa Monica, de Miu Miu

Em Nova York, de Miu Miu

Em Berlim, de Yves Saint Laurent

VANGUARDISMO DEFINE EMMA

ATRIZ REFLETE PERSONALIDADE EM ESTILO PRÓPRIO

Em Londres, de Miu Miu

Na capital inglesa, de Schiaparelli

Em Londres, mais uma vez, de Miu Miu

Em Chichester, na Inglaterra, de Conner Ives

CORRIN E SEM RÓTULOS

Vilã do longa* Deadpool & Wolverine*, britânica tem guarda-roupa sem marca de gênero e leva poder ao red carpet.

Em Londres, de Miu Miu

Alfaitaria na capital inglesa

Em Veneza, na Itália, de Miu Miu

Em Paris, de Miu Miu

De Miu Miu, na capital inglesa

Do cabelo aos looks, a atriz não segue regras e usa somente peças que combinem com a sua personalidade. Discreta, ela é apontada como novo *affaire* de Rami Malek.

"A indústria julga você pela imagem. Isso é sempre muito difícil."

Casualidade em Londres

FOTOS: GETTY IMAGES

Não é apenas o talento da atriz **Emma Corrin** (28) — a vilã Cassandra Nova, do longa *Deadpool & Wolverine* —, que tem chamado a atenção. Dona de estilo próprio e com um guarda-roupa que passa longe do lugar-comum e foge aos rótulos de gênero, a atriz atrai holofotes a cada red carpet que cruza e já ganhou status de ícone fashion. *"Para mim, moda é conforto, mas também é algo experimental"*, define a estrela, adepta das *hot paints*, *bodys* e looks geométricos e *oversized*. *"O tapete vermelho é um espaço onde me sinto realmente livre para ser fluida no que visto. E me sinto livre para brincar com o feminino e o masculino e as linhas entre ambos"*, disse a britânica.

O estilo de Emma é reflexo de sua personalidade. Falando abertamente sobre as questões de gênero, a atriz define-se como não binária. *"Na minha mente, o gênero simplesmente não é algo fixo, e eu não sei se um dia vai ser. Acho que sempre terei um pouco de fluidez"*, explicou ela, que aprendeu a lidar com o preconceito ainda jovem. *"Uma vez, fui a um baile da escola e me chamaram para dançar porque pensaram que eu era um menino. Me senti ridicularizada e deixei meu cabelo crescer"*, relembrou ela, que

Na Cidade Luz, de Miu Miu

Com Peggy, mascote do filme, e o colega Ryan Reynolds, em Londres

estudou em um internato. Hoje, apesar de se sentir mais segura, Emma admite que ainda há muitas barreiras a serem vencidas. *"Você é derrubado várias vezes e, então, se assume e fala verbalmente sobre sua identidade, mas ai vêm pessoas e fazem manchetes idiotas e sensacionalistas que fazem você se sentir uma merda e usam sua identidade contra você como uma arma"* , desabafou.

Vencedora do Globo de Ouro de Melhor Atriz por sua atuação

"O tapete vermelho é onde eu me sinto livre para ser fluida no que visto."

na série *The Crown*, na Netflix, na qual deu vida à icônica princesa **Diana** (1961-1997), Emma tinha receio de sua carreira ficar marcada por trabalhos históricos. *"Nós estamos em uma indústria que adora rotular. Eles julgam você pela imagem. É sempre muito difícil"*, analisou. Contrariando as próprias expectativas, o convite para estrelar a vilã ao lado dos astros e **Hugh Jackman** (55) e **Ryan Reynolds** (47) foi desafiador. Tanto que, agora, Emma deixou os medos no passado para focar em novos horizontes. *"Honestamente, quanto mais esquisito for o papel, melhor"*, disse ela, a todo vapor! Além da saga heroica, a atriz está no elenco do longa surrealista *Peaches* e vem batalhando por investimentos para produzir seu primeiro filme. *"Pode demorar o tempo que for, mas vai acontecer na melhor hora. As pessoas que abrem as carteiras para a arte estão muito distantes de toda realidade que escrevemos"*, afirmou.

Discreta quado o assunto é sua vida pessoal, Emma fala pouco de seus relacionamentos. *"Comecei a namorar uma garota e contei para a minha mãe, então meu irmão mais novo me mandou uma mensagem dizendo: 'Bem-vinda. Sou bissexual há anos'"*, comentou ela. Tudo indica, porém, que essa relação ficou para atrás, afinal, ela tem sido apontada como *affaire* do ator **Rami Malek** (43). Os dois foram vistos juntos diversas vezes, inclusive na recente passagem dela pelo Rio, para divulgar a saga dos anti-heróis. Outra paixão da estrela é seu cachorro, o **Spencer**, cujo nome, vale destacar, não tem nenhuma referência com Diana Spencer! ●

Momento torcedora no Torneio de Wimbledon

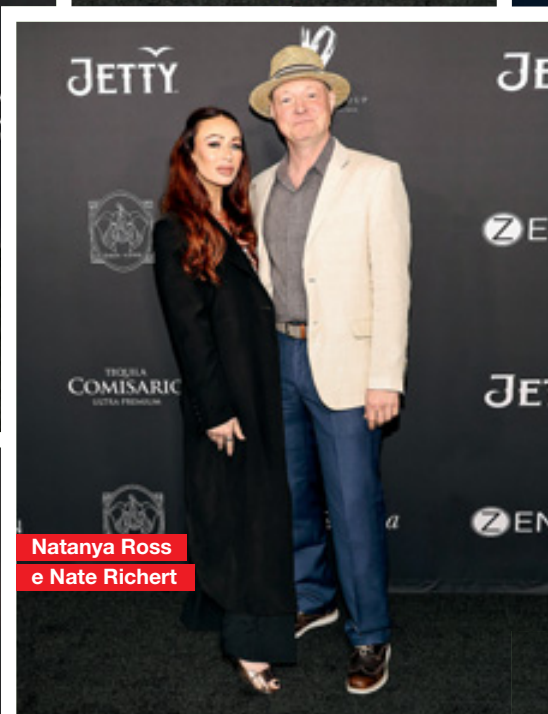
ESTILO

NOITE VIP

Whoopi Goldberg recebe convidados no lançamento de produtos fitoterápicos que levam seu nome, na Califórnia

Jerzey Dean

Nefetari Spencer

Gina Torres

Natanya Ross e Nate Richert

Claudette Rogers Robinson

Alisan Porter

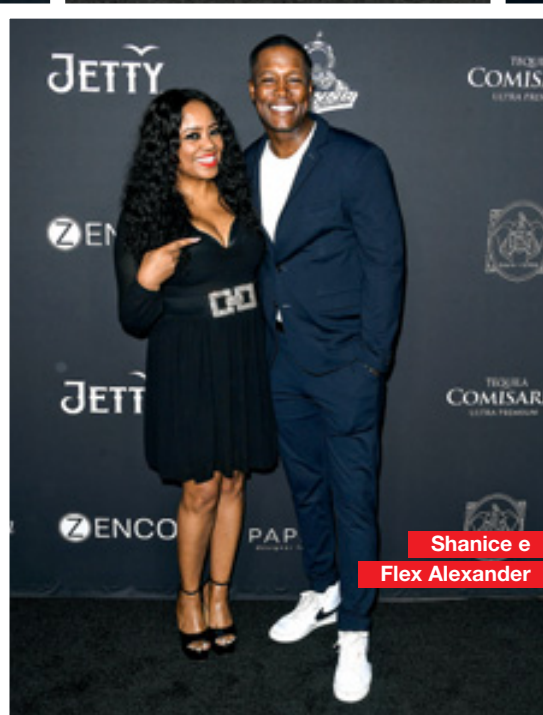
Marsha Warfield

Angelique Bates

Syd Smiley

Leslie Jones

Lindsey Pelas

Deborah Alessi

Shanice e Flex Alexander

Meagan Good

Alisa Reyes

Alex Martin Dean

Amarah Dean

FOTOS: GETTY IMAGES

Com o icônico letreiro de Hollywood, em Los Angeles, ao fundo, Juliana Paes celebra feitos de uma das séries mais vistas da Netflix.

JULIANA PAES VIVE AUGE INTERNACIONAL

PROTAGONISTA DO FENÔMENO *PEDAÇO DE MIM*, DA NETFLIX, ESTRELA

por Daniel Palomares

EM HOLLYWOOD
DESTACA FORÇA BRASILEIRA

Mais um sucesso para a conta. Depois de colecionar por mais de 20 anos êxitos nas novelas brasileiras, **Juliana Paes** (45) emplacou mais um fenômeno, desta vez internacional. Até o fechamento desta edição, o melodrama *Pedaço de Mim* se encontrava há duas semanas no topo das atrações mais vistas em língua não inglesa no ranking mundial

"Estou absolutamente surpresa com a repercussão mundial de *Pedaço de Mim*!"

da Netflix. A história polêmica, escrita por **Angela Chaves** e dirigida por **Maurício Farias**, narra a trajetória de Liana, uma mulher que vive raro dilema: após ser vítima de violência sexual, ela se vê grávida de gêmeos e, para completar, de pais diferentes.

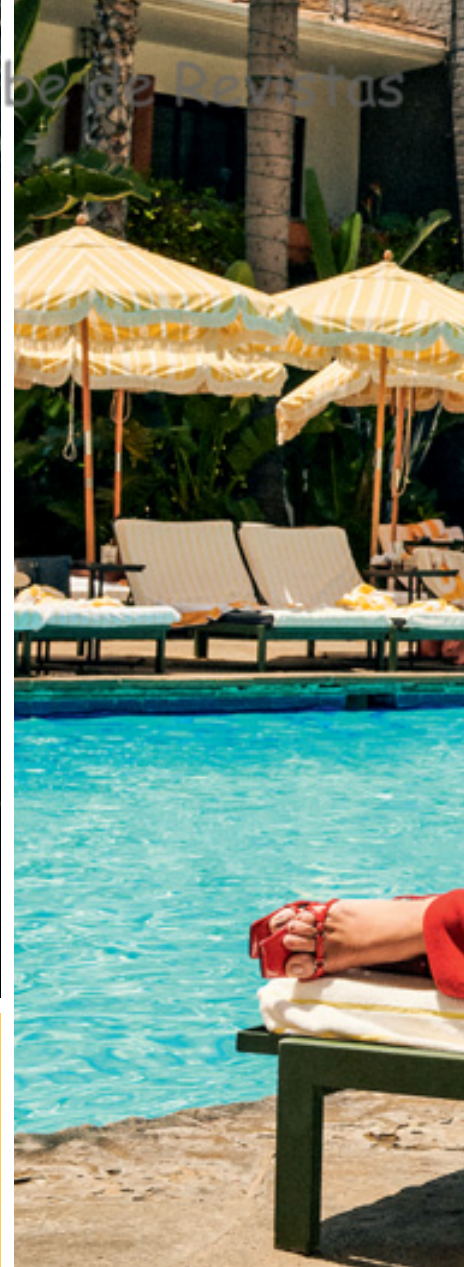
A convite da gigante do *streaming*, Juliana embarcou para Los Angeles para conhecer a sede da empresa e se divertir pelos pontos icônicos da cidade californiana, como a Sunset Boulevard e o

Foram seis meses de envolvimento total na produção de *Pedaço de Mim*, considerado pela estrela brasileira um de seus trabalhos mais desafiadores.

Hotel Roosevelt. Até um *outdoor* com os dizeres '*Desesperados pela visita de Juliana Paes*' ganhou os céus californianos! "*Estou absolutamente surpresa com a repercussão mundial de* Pedaço de Mim*! Foi leve, afetuoso e divertido, acima de tudo porque foi uma surpresa para mim! Todo o carinho e atenção que recebi por lá foram uma demonstração de reconhecimento pelo sucesso que a série teve. Estou feliz de representar, com esse trabalho, o potencial da indústria audiovisual brasileira de criar em tantos formatos, de produzir histórias também em séries instigantes e que propõem discussões importantes, capazes de se comunicar com públicos tão diversos pelo mundo. Eu fiquei só quatro dias em Los Angeles, mas deu para sentir o envolvimento e o entusiasmo das pessoas com a história de Liana.* Pedaço de Mim *tem esse poder mobilizador, especialmente no público feminino e algumas pessoas vieram falar comigo muito tocadas. Levar nossos cenários e paisagens, nossa lógica nas histórias, nossa cultura e o talento das nossas equipes para tão longe é muito especial!*", festeja a estrela, emocionada com o impacto da série.

"Eu estou feliz de representar o potencial da indústria brasileira."

A capacidade de se identificar e se conectar com os dramas vividos pela personagem é o trunfo que tornou *Pedaço de Mim* um sucesso nas redes sociais. "*As pessoas querem histórias que façam com que nos identifiquemos e, ao mesmo tempo, que inspirem a redenção de nossas próprias mazelas. O sucesso vem dessa possibilidade da redenção, principalmente quando a* gente tem coragem de falar e denunciar, de não se calar diante da *violência*", diz a artista.

Ritmo de cinema. É assim que

Juliana torce para que o sucesso de *Pedaço de Mim* abra os olhos do resto do mundo para a grande qualidade das produções brasileiras.

Juliana define o processo de produção do seriado, que levou seis exaustivos meses para ser filmado. "*Foi tudo muito trabalhoso e delicado para montar essa personagem. Eu não tinha com o que comparar. Onde estavam minhas referências? Que emoção é essa de estar grávida de gêmeos de pais diferentes? Tudo isso é muito novo. Eu saía exausta depois das cenas. O tempo que eu tinha de descanso não me permitia me recuperar plenamente. Foi um dos trabalhos que eu mais me vi com dificuldade de me reabilitar para o dia seguinte*", relembra. "*Todas as pitadas de dor que uma mulher pode viver, a Liana experimentou. O desejo frustrado de ser mãe, ser traída pelo marido, a situação do abuso, que é a parte mais complicada da história dela. O que, para mim, era mais sensível era deixar claro como o processo do abuso demora a se concretizar na cabeça de uma mulher. Foi sempre a nossa intenção de deixar esse caminho da dúvida e da culpa. Não é algo simples. Todo mundo julga, questiona, as pessoas demoram para entender. Foi muito importante contar a história com essa sensibilidade*", destaca a atriz sobre a narrativa.

"Não existem palavras para definir o que acontece com uma mulher abusada."

Como se colocar na pele de uma mulher que engravida ao mesmo tempo do marido e do abusador? O tema da hiperfecundação heteroparental, responsável pelo raríssimo quadro enfrentado por Liana, levantou questionamentos. "*Por mais que a gente tente se descolar do personagem, é impossível não trazer as próprias experiências para a vivência deles. Claro que eu imaginei: se um dos meus filhos não fosse fruto do homem que eu amo, será*

A atriz fica feliz ao perceber que a série propôs debates e discussões relevantes para a sociedade do Brasil e do mundo.

que eu conseguiria amar da mesma forma? Será que, em algum momento, esqueceria completamente da diferença entre os dois? Nada é preto no branco nessa situação. O público deve fazer suas próprias reflexões", opina ela.

Engajada, Juliana carrega o título de defensora para a prevenção e a eliminação da violência contra as mulheres da ONU Mulheres Brasil e, no ano em que chegamos a discutir no nosso País a punição para o aborto, mesmo em casos de estupro, ela desabafa sobre a questão feminina. "*Ser mulher no Brasil é cansativo. A história da Liana começa em 2006, quando estávamos muito no início desse debate e, 18 anos depois, ainda vemos, infelizmente, que é necessário continuar falando disso. No Brasil, às vezes, parece que você tem que ficar reiterando o óbvio. Não existem palavras que permitam definir qualquer tipo de sensação para o que acontece com o corpo de uma mulher abusada – o nojo, a vergonha, a incompreensão e a culpa que a abatem. Esse debate precisa ser tratado como questão de saúde pública e discutido pelas mulheres. A gente precisa de vozes femininas tratando desse assunto. Sinto que fizemos um trabalho muito importante de gerar conversa sobre isso*", sugere a estrela. "*Nesse sentido, essa série é o sonho de qualquer atriz. Existe o zeitgeist de mudança. O debate sobre violência contra a mulher, o machismo, o aborto, tudo isso está sendo falado agora. Não existiria momento melhor para colocar no ar um produto como esse*", reforça Juliana sobre as causas que defende.

"Não tenho vontade de estar longe da família. Gosto mesmo de estar aqui."

Diante de tanto sucesso e repercussão de *Pedaço de Mim* nos quatro cantos do mundo, será que Juliana cogita seguir uma carreira internacional em produções gringas? "*Carreira fora do Brasil significa morar fora daqui. E eu nunca consegui digerir isso bem. Não tenho vontade de estar longe da minha família. Tenho vontade de desafios que me estimulem, meu inglês é ótimo, sempre me sugerem buscar essa 'coisa lá fora', mas eu gosto mesmo é de estar aqui, sabia?*", conclui.

FOTOS: LINDSEY BYRNES/NETFLIX

Passeando por pontos famosos de Hollywood, Juliana fez questão de registrar todo o carinho que recebeu em solo norte-americano.

FOTOS: Paulo Santos

Pioneira na moda circular, Paula Frank promove o consumo consciente há quase 20 anos. Sua proposta inclui a venda de bolsas de luxo seminovas e a troca de bolsas usadas por créditos para novas peças, sempre com elegância e autenticidade certificada. Com foco na sustentabilidade, Paula acredita que o luxo pode ser acessível e que, para ser novo, basta trocar de dono. O atendimento humanizado é um diferencial que garante o sucesso de sua marca, onde estilo e responsabilidade andam juntos. Viva o *fashion recycle!*

MELL MUZZILLO NO MAR
A ATRIZ TEM BRILHADO NA TV

O inverno deu trégua no Rio de Janeiro e **Mell Muzzillo** (19) não pensou duas vezes: ela aproveitou a folga das gravações da global das 9, *Renascer*, em que faz Ritinha, para tomar banho de mar. *"É uma escola, aprendo todos os dias; uma experiência única, às vezes nem parece real!,* diz Mell, feliz.*"*

FABRICIO PIOYANI/AGNEWS

MATEUS SOLANO SOBE AOS PALCOS
GILMAR ARAUJO PRESTIGIA NOVO MONÓLOGO

De volta aos palcos, o ator **Mateus Solano** (43) acaba de estrear o seu primeiro monólogo: *O Figurante*. O espetáculo, que tem texto dele e dos atores **Isabel Teixeira** (50) e **Miguel Thiré** (42) – que também assina a direção –, está em cartaz no Teatro Fashion Mall, no Rio de Janeiro. Diretor do teatro, **Gilmar Araujo** assistiu à peça.

ÊXITO DE ZOE BIRKETT
ELA DÁ VIDA A TINA TURNER

A eterna rainha do rock'n'roll, **Tina Turner** (1939-2023), é homenageada com *Tina – The Tina Turner Musical,* que retrata sua trajetória da infância até se transformar na grande estrela dos palcos. A atriz **Zoe Birkett** (39) foi a escolhida para interpretar a cantora. *"Este foi o processo de ensaio mais difícil que já fiz e, de longe, o papel mais exigente que alguma vez irei desempenhar!"*, destacou a atriz, que afirma estar vivendo o papel dos sonhos. *"Ser uma mulher de cor e particularmente mista nesta indústria tem sido tão difícil. Ao longo dos anos tive de me reinventar 10 vezes mais para manter este negócio e tentar provar a tantas pessoas que posso estar em qualquer lugar! Eu sempre quis ser vista para interpretar Tina, mas eu nunca tive a oportunidade de fazer uma audição, nem uma vez! Acredito que devemos confiar no momento da sua vida, desde a minha primeira audição, eu sabia... O momento era certo!"*, afirmou ela, que em 2014 participou da versão inglesa do reality *Big Brother*.

SHANE ANTHONY SINCLAIR/GETTY IMAGES

HELENA BARRETO

NATALIA ROSA E MAICON RODRIGUES
GRAVAÇÕES DA 2ª TEMPORADA DE *GALERA FC*

Estrela da série *Galera FC*, do TNT, **Maicon Rodrigues** (29), ao lado de sua colega de cena, **Natalia Rosa**, deu início às gravações da segunda temporada da produção. A comédia brasileira, que é uma produção da Na Paralela Filmes, em parceria com Warner Bros. Discovery, seguirá acompanhando as aventuras da carreira e da vida de Elton Jr., sem deixar de mencionar os dramas familiares, suas amizades verdadeiras, romances proibidos e dificuldades financeiras. *"Para mim, o Elton é um presentinho gostoso. Ali já empresto um pouco do que poderia ser o Maicon, do que eu gostaria de fazer se eu fosse jogador de futebol*", comentou o ator, aos risos.

CLAYTON FELIZARDO/BRAZILNEWS

O AMOR DE LUAN E JADE
FUTUROS PAPAIS VÃO A JANTAR

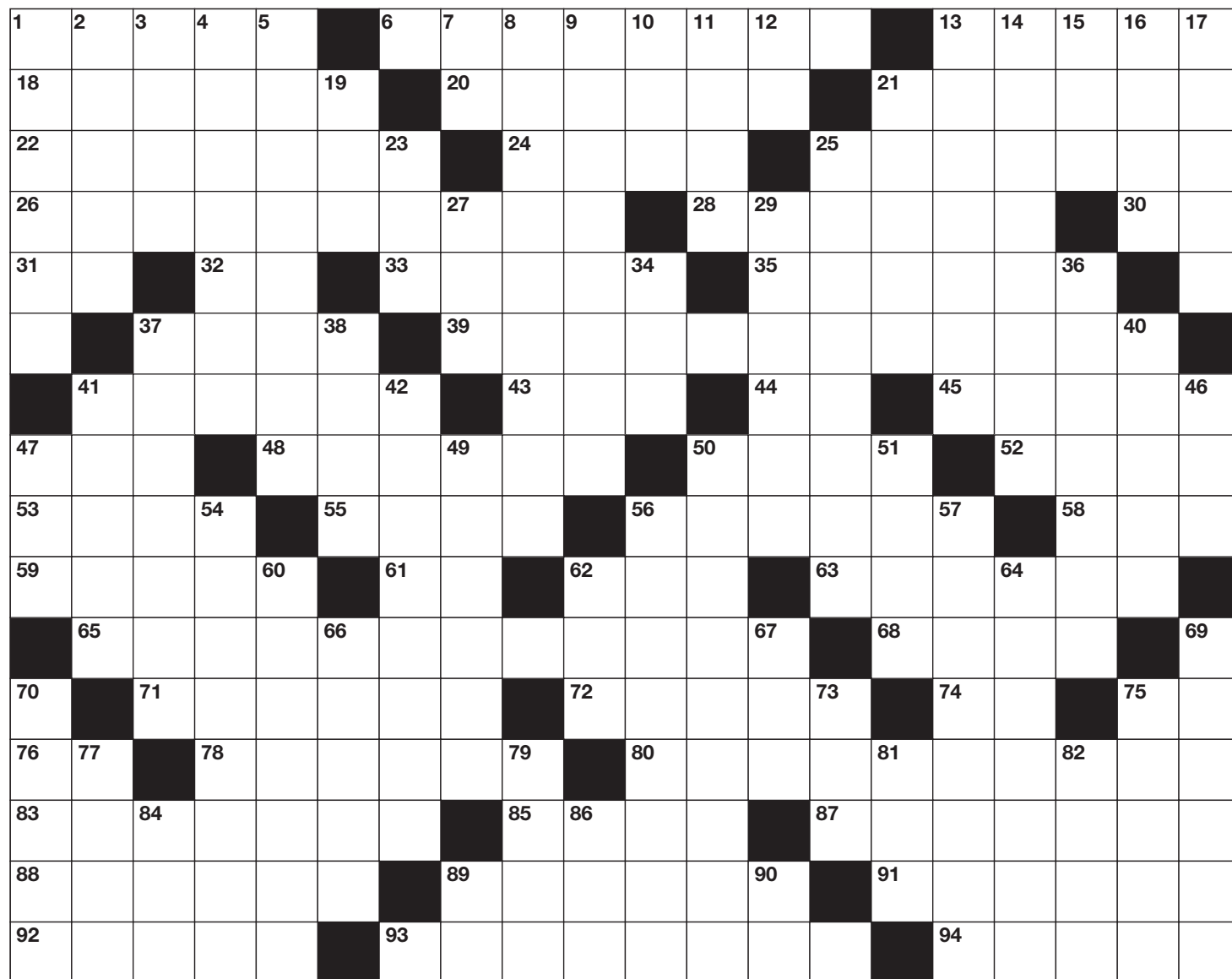
Reservados, o cantor **Luan Santana** (33) e a eleita, a *influencer* **Jade Magalhães** (31), apareceram em público pela primeira vez após anunciarem sua 1ª gravidez. Os futuros papais foram jantar em um restaurante nos Jardins, em São Paulo. *"Cheguei à parte da minha vida que tanto esperei. Tenho uma mãe maravilhosa, que cuida de nós, um pai de respeito que me apoia em tudo, uma irmã inteligente, um amor pra vida toda; a diferença é que agora eu sou pai"*, celebrou o cantor, que sempre falou sobre o desejo de ter uma família.

FOTOS: ANDREAS RENTZ/STEPHANE CARDINALE - CORBIS/CORBIS VIA GETTY IMAGES

SHARON STONE DESLUMBRANTE EM CANNES
JAY ALI E ORLANDO BLOOM NA GALA KNIGHTS OF CHARITY

Vestindo um modelo assinado pela grife Sophie Couture feito sob medida, a atriz **Sharon Stone** (66) participou da gala beneficente Knights ff Charity, realizada no Chateau de la Croix des Gardes, em Cannes, na França. A estrela entregou um prêmio ao tenor **Andrea Bocelli** (65). Inspirado nos atores **Grace Kelly** (1929-1982) e **Cary Grant** (1904-1986), o evento ainda contou com a presença dos atores **Jay Ali** (42) e **Orlando Bloom** (47). Colegas de elenco da série *Carnival Row*, eles repetiram a parceria vista em cena na cerimônia. Recentemente, Bloom surpreendeu ao revelar que tinha se arrependido de fazer o filme *Troia*. *"Eu não queria fazer esse filme. Eu não queria fazer esse personagem. Ia contra tudo que eu sentia ter vontade de fazer"*, afirmou.

www.coquetel.com.br

1	2	3	4	5	■	6	7	8	9	10	11	12		■	13	14	15	16	17
18					19	■	20						■	21					
22						23	■	24				■	25						
26							27			■	28	29					■	30	
31		■	32		■	33				34	■	35					36	■	
	■	37			38	■	39											40	■
■	41					42	■	43			■	44		■	45				46
47			■	48			49			■	50			51	■	52			
53			54	■	55				■	56					57	■	58		
59				60	■	61		■	62			■	63			64			■
■	65				66							67	■	68				■	69
70	■	71						■	72				73	■	74		■	75	
76	77	■	78					79	■	80				81			82		
83		84					■	85	86			■	87						
88						■	89					90	■	91					
92					■	93								■	94				

HORIZONTAIS
1. *(...) Amante*, sucesso de Roberto Carlos. **6.** Fazer manualmente um casaco de lã. **13.** Ligadura. **18.** Copo com alça. **20.** Introduziu novidades. **21.** Pavimento de navios. **22.** Desprovido de cabeça. **24.** (...)-os-Montes, região portuguesa. **25.** Refreado. **26.** Membros ativos de organizações. **28.** Grupo organizado de notas musicais. **30.** Iniciais do ator paulistano Osmar Prado. **31.** (...) de arroz, cosmético facial. **32.** Aqui. **33.** Criar, produzir. **35.** Prende com cordas. **37.** Aparelho do banheiro. **39.** Diminuição do rigor. **41.** Distância entre os trilhos da ferrovia. **43.** Óleo, em inglês. **44.** (...) natura: o alimento não industrializado. **45.** Ferramenta de corte. **47.** Sílaba de fictício. **48.** Italiano da capital. **50.** Canção portuguesa. **52.** Discernimento. **53.** Patrono dos ourives. **55.** Está informado. **56.** Traje de cerimônia. **58.** Marcelo (...), apresentador paulista. **59.** (...)-lama, líder budista. **61.** Sem as vestes. **62.** Símbolo de decalitro. **63.** Agente de um sequestro. **65.** Engarrafar o trânsito. **68.** Cristais para banhos de imersão. **71.** Dar voltas em torno de. **72.** Soltar lamentos. **74.** Iniciais do cantor porto-riquenho Ricky Martin. **75.** Sigla de Alagoas. **76.** (...) Paz, sede do governo boliviano. **78.** Iron (...), banda inglesa de heavy metal. **80.** Serviço oferecido em postos de gasolina. **83.** Choque. **85.** Stratford-upon-(...), cidade inglesa. **87.** Atleta das piscinas. **88.** Grupo assíduo no bar. **89.** Aparelho da gráfica. **91.** Ruidosa. **92.** Dia do (...): 19 de abril. **93.** Posto frente a frente com outro depoente. **94.** Fazer corar.

VERTICAIS
1. Hospeda-se em camping. **2.** Tenro. **3.** Famosa joia papal. **4.** Saldo negativo da balança comercial. **5.** Obediente. **7.** Acha graça. **8.** Telefone interno. **9.** Pirata. **10.** Fonte do caviar. **11.** Tosquia. **12.** Imitação de latido. **13.** Cidade do primeiro metrô. **14.** Meio de atuação dos hackers. **15.** Extensão de arquivos de vídeo. **16.** Sentimento ante o perigo. **17.** Maior fabulista grego. **19.** Posição do basquete. **21.** Ruborizam. **23.** Entidade como o Greenpeace. **25.** Liderar. **27.** Chá, em inglês. **29.** Patrono do Exército Brasileiro. **34.** Listagem. **36.** Pequenos desentendimentos. **37.** Que tem dois tons. **38.** Segmentos de corrente. **40.** Decorar. **41.** Olavo (...), poeta parnasiano. **42.** Domesticado. **46.** (...) poucos: gradualmente. **47.** Abreviatura de federação. **49.** Ave de rapina. **50.** Grupo paulista de forró. **51.** Vazias. **54.** Povo silvícola do Oeste de Roraima. **56.** Iguaria da cantina italiana. **57.** Móvel da sala de jantar. **60.** (...) de Loyola, jesuíta. **62.** Cachorro, em inglês. **64.** Membrana do ouvido. **66.** Publica um livro. **67.** Abreviatura de reverendo. **69.** Purificar água de piscinas. **70.** Recurso de defesa do suspeito. **73.** Clássico do Cinema japonês inspirado no Rei Lear. **75.** Quer muito bem. **77.** (...)-Ra, músico que integra a Família Lima. **79.** (...) Leão, cantora de *A Banda*. **81.** Antigo imperador da Etiópia. **82.** Os tempos passados. **84.** Abreviatura de pediatria. **86.** Enxergar. **89.** Tipo de microcomputador. **90.** Abreviatura de Anno Domini.

SOLUÇÃO DO NÚMERO ANTERIOR

T	E	M	I	D	A	■	E	M	A	N	A	R	■	B	I	E	N	I	O
A	T	U	R	A	R	■	L	O	R	E	N	A	■	A	L	M	A	■	B
T	E	N	■	S	E	L	E	N	I	T	A	S	■	R	E	B	I	T	E
A	R	I	A	■	A	U	T	O	■	A	N	T	I	C	O	R	P	O	S
■	■	C	R	B	■	A	R	C	■	S	A	R	D	A	■	A	E	D	O
L	A	I	C	O	S	■	O	I	R	■	S	E	A	■	M	E	S	A	S
I	M	P	A	C	I	E	N	C	I	A	■	A	S	S	A	R	■	■	■
P	A	I	S	A	N	O	■	L	O	C	A	R	■	E	G	■	A	M	O
O	S	O	■	R	H	■	T	O	P	A	R	■	S	A	N	A	V	E	L
■	■	■	T	R	O	A	R	■	O	R	T	O	G	R	A	F	I	C	O
M	A	C	I	A	■	M	A	C	■	A	I	S	■	A	T	A	C	A	R
I	R	A	R	■	J	O	G	A	R	■	F	M	I	■	A	N	U	■	■
T	A	T	A	R	A	N	E	T	O	■	I	A	T	E	■	O	L	H	O
O	R	I	G	E	M	■	D	E	L	I	C	I	O	S	O	■	T	E	L
S	■	T	E	M	E	■	I	T	A	L	I	A	■	S	I	M	O	N	E
E	R	A	M	O	S	■	A	E	R	E	O	S	■	E	T	E	R	E	O

O AMOR DE RICARDO ALMEIDA E KAISLA

ESTILISTA RENOVA VOTOS COM AMADA EM CERIMÔNIA INTIMISTA

Em cerimônia pé na areia, Ricardo e a eleita, Kaisla, celebram os cinco anos de amor. Momento leve e intimista marca mais um capítulo de sua história.

O amor e o romantismo deram o tom da cerimônia de renovação de votos do badalado estilista **Ricardo Almeida** (69) e a sua **Kaisla Almeida** (24), consultora de imagem. Com os pés na areia, os dois celebraram os cinco anos de união de maneira simples e apaixonante, com direito até a modelito feito por Ricardo com exclusividade para sua eleita. *"Eu tive que fazer o vestido em três dias. Não achava nada do que queria, então tive que resolver tudo no último minuto do terceiro tempo"*, contou ele, em papo com CARAS. *"Eu queria algo mais simples, sem renda. A cerimônia foi simples também, sem ninguém, só nós dois"*, falou Ricardo, que dispensou o blazer, pois o dia tinha ar solto e leve

"São cinco anos de amor, de companheirismo e de crescimento." *(Kaisla Almeida)*

Kaisla, por sua vez, não escondeu o encantamento por viver mais um momento especial ao lado do amado. "*Cinco anos de amor, companheirismo e crescimento. Reafirmamos nosso compromisso de caminhar juntos pela vida. Te amo*", declarou a consultora.

PUBLIEDITORIAL

VISÃO FEMININA NA BELEZA

O OLHAR ATENTO DE MAIS UMA MULHER QUE SE DESTACA NO EMPREENDEDORISMO BRASILEIRO

O papel das mulheres no empreendedorismo brasileiro está crescendo significativamente, impulsionando o setor e trazendo muitas inovações. Um exemplo notável de sucesso é **Jô Damiani**, uma mulher jovem visionária que lidera o D'Concept em São Paulo. Este espaço de beleza aconchegante foi minuciosamente planejado para proporcionar a melhor experiência e com isso tem conquistado o coração das paulistanas.

Com sua visão empreendedora, Jô transformou o D'Concept em um verdadeiro centro de experiências. Cada detalhe foi cuidadosamente planejado para criar um ambiente acolhedor e sofisticado, garantindo que cada cliente se sinta especial e valorizada. O compromisso com a beleza e o bem-estar é a prioridade de todos os colaboradores, e isso se reflete no atendimento personalizado que oferece.

Jô acredita que cada pessoa é especial, única e merece mais do que um simples serviço; ela busca proporcionar uma experiência memorável, criando momentos que deixam uma marca positiva. A missão do D'Concept é não apenas atender, mas também encantar e arrancar sorrisos de satisfação ao final de cada visita.

O crescimento da marca D'Concept é notável, ganhando a fidelização de suas clientes e expandindo seu alcance. Jô planeja inaugurar a primeira unidade internacional do D'Concept em Miami, EUA, até o final de 2025. Essa expansão representa não apenas um novo marco na trajetória da empresa, mas também uma grande oportunidade de levar sua filosofia de beleza e atendimento excepcional para um público ainda mais amplo, conquistando ainda mais pessoas.

Com garra, determinação e visão, Jô Damiani está ajudando a moldar o futuro do empreendedorismo feminino no Brasil, inspirando outras mulheres a seguirem seus passos e a alcançarem seus sonhos e objetivos.

"Nossa missão é proporcionar mais que um atendimento, e sim uma experiência, criar memórias e arrancar sorrisos ao final de cada momento." ***(Jô Damiani)***

@dconceptbr

Fotos: Paulo Santos

Esse texto é um conteúdo patrocinado, de responsabilidade exclusiva do anunciante e não reflete necessariamente a opinião dessa publicação.

Delegação brasileira desfila pelo Sena

por **Tamara Gaspar**

Conhecida por sua arquitetura, gastronomia, e bagagem cultural, a capital francesa, Paris, acaba de revelar mais um predicado: é uma exímia anfitriã. Na cerimônia de abertura dos Jogos Olímpicos 2024, a Cidade Luz fez bonito e, ao longo de três horas, deu boas-vindas ao maior evento do esporte mundial. Com direito a desfile das delegações a bordo de barcos pelo Rio Sena, show de **Lady Gaga** (38) ao melhor estilo Moulin Rouge e acendimento da pira olímpica, a cerimônia teve como ponto alto e mais emocionante a apresentação de **Céline Dion** (56), que voltou a soltar a voz após o diagnóstico da síndrome da pessoa rígida. *"Obrigada a todos que ajudaram a tornar esse sonho realidade. Acima de tudo, estou feliz por*

"Acima de tudo, estou feliz por celebrar esses atletas incríveis." ***(Céline Dion)***

celebrar esses atletas incríveis, com todas as suas histórias de sacrifício e determinação, dor e perseverança. Todos vocês estão tão focados em seu sonho e, levando ou não uma medalha para casa, espero que estar aqui signifique que isso se tornou realidade para você", disse a estrela canadense, que entoou *Hymne à l'Amour*, de **Edith Piaf** (1915-1963), direto do maior símbolo parisiense, a Torre Eiffel, em um *grand finale* histórico.

Como previsto, a chuva deu o ar de sua graça ao longo de toda a celebração, mas não impediu que o colorido da festa se apagasse. Lady Gaga, por exemplo, precisou gravar sua apresentação

CÉLINE DION EMBALA A GRANDE ABERTURA DOS JOGOS OLÍMPICOS DE PARIS EXALTA

Após hiato dos palcos, Céline Dion faz retorno triunfal à música durante cerimônia de abertura das Olimpíadas. Brasil conta com 276 atletas.

Céline Dion brilha no encerramento da cerimônia

REUNIÃO DO ESPORTE MUNDIAL

VALORES FRANCESES E REFORÇA ELO ENTRE NAÇÕES

Emmanuel e Brigitte Macron ladeiam Mari e Frederik, da Dinamarca

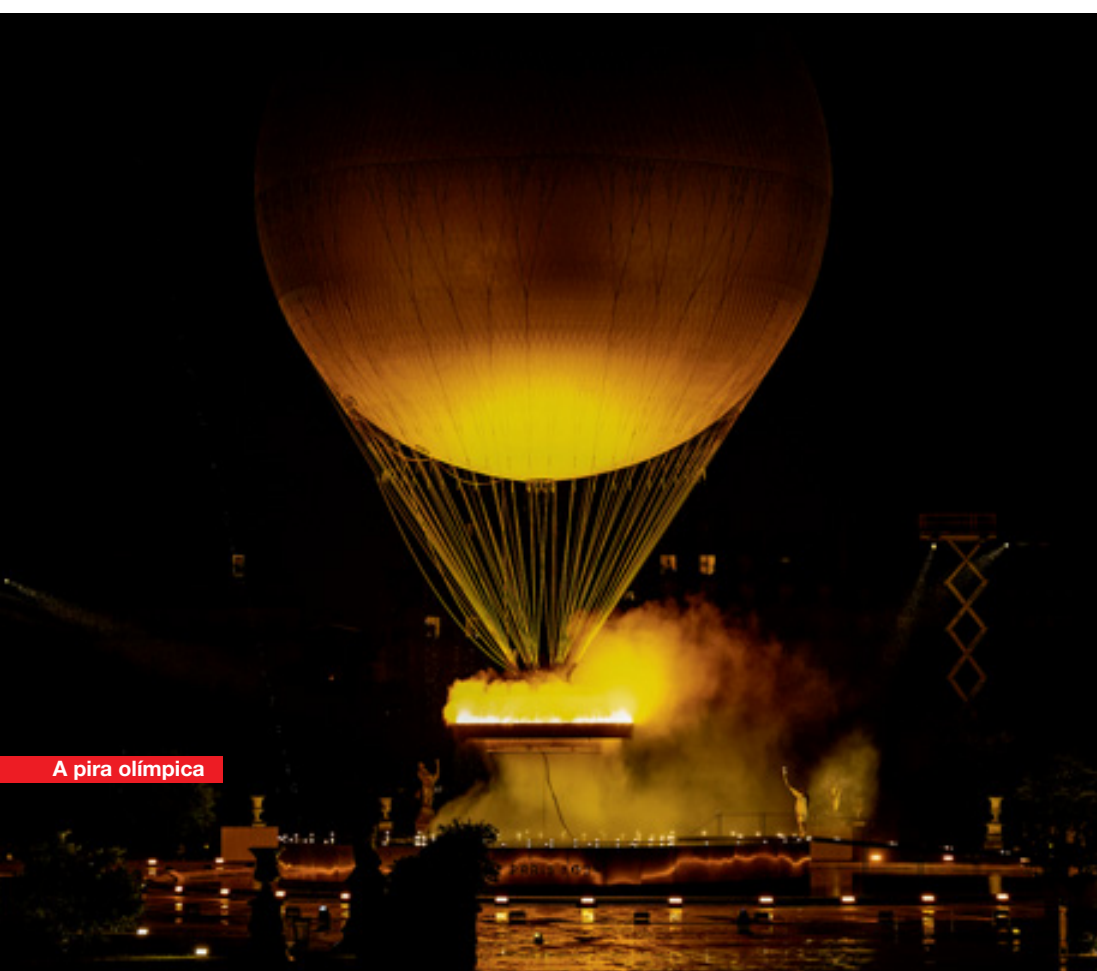
Felipe VI e Letizia, da Espanha

Charlene e Albert II não se intimidam com a chuva

Philippe e Mathilde, da Bélgica

Máxima e Willem-Alexander, da Holanda

A pira olímpica

FOTOS: GETTY IMAGES

horas antes e dispensar a performance ao vivo, já que o piso molhado poderia comprometer o show. *"Eu não queria nada mais do que criar uma performance que aquecesse o coração da França, celebrasse a arte e a música francesas e, em uma ocasião tão importante, lembrasse a todos de uma das cidades mais mágicas do mundo — Paris"*, disse a cantora, que recebeu críticas e elogios.

Democrática, afinal, os Jogos Olímpicos têm por essência a união dos povos e o espírito de humanidade, a festa reuniu políticos, atletas,

"Eu queria criar uma performance que aquecesse o coração da França." *(Lady)*

artistas, nobres e torcedores com um enredo que celebrou o tema francês: Liberdade, Igualdade e Fraternidade. *"Esse dia ofereceu ao mundo inteiro um espetáculo extraordinário, único no mundo e na história dos Jogos que, creio, deixou extremamente orgulhosos os nossos compatriotas"*, falou o presidente francês, **Emmanuel Macron** (46), ao lado de sua eleita, **Brigitte Macron** (71), com quem recebeu chefes de Estado pouco antes do início da festa.

Poucas horas antes da cerimônia, ameaças de bomba deixaram Paris em alerta. Esquema de segurança para o evento é o maior da história.

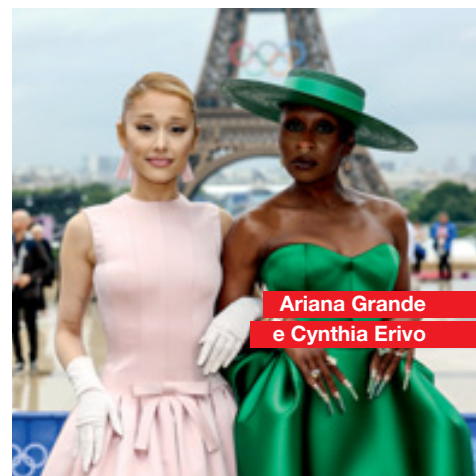
Performance de Lady Gaga

Apesar de a França ser um dos poucos países da Europa Ocidental que aboliram sua monarquia, reis e rainhas do Velho Continente marcaram presença. **Albert II** (66), de Mônaco, com sua **Charlene** (46), **Willem-Alexander** (57) e **Máxima** (53), da Holanda; **Felipe VI** (56) e **Letizia** (51), da Espanha; **Frederik** (56) e **Mari** (52), da Dinamarca; além de **Philippe** (64) e **Mathilde** (51), da Bélgica, aplaudiram a delegação de seus países e se mostraram animados para a competição. *"Que o espírito esportivo, mais uma vez, prevaleça entre todos"*, afirmou Frederik.

"Que o espírito esportivo, mais uma vez, prevaleça entre todos." ***(Frederik)***

Na lista dos sortudos que ajudaram a conduzir a tocha olímpica, **Serena Williams** (42) não perdeu a pose nem mesmo após ficar enjoada com o balanço do barco pelo Sena. *"Essa é a minha cidade favorita!"*, avisou a ex-tenista, na tarde que ainda teve presença de **Cynthia Erivo** (37), **Ariana Grande** (31) e o casal **John Legend** (45) e **Chrissy Teigen** (38).

Chrissy e John Legend com os filhos, Miles e Luna

Serena Williams

Ariana Grande e Cynthia Erivo

Um dia antes da abertura dos Jogos Olímpicos, um time de atletas e celebridades se reuniu na Cidade Luz para celebrar o início da temporada esportiva. Realizado pela Fundação Louis Vuitton, o evento serviu como um emocionante prelúdio às competições. *"É uma honra para mim ser coanfitrião deste evento muito especial. As Olimpíadas são uma celebração da diversidade, da humanidade e da criatividade — coisas que nos aproximam como uma raça humana. São um lembrete humilde de que há muito mais coisas que nos unem do que nos dividem. Há beleza no esporte e celebraremos esse momento de alegria de forma especial"*, disse o cantor **Pharrell Williams** (51). Voz de *Freedom* e *Happy*, ele se uniu ao presidente e CEO da LVMH, **Bernard Arnault**, e ao CEO da Comcast NBCUniversal, **Brian Roberts**, para receber os convidados.

"Há muito mais coisas que nos unem do que nos dividem."
(Pharrel Williams)

Cidade-sede das Olimpíadas, a bela Paris, já conhecida por seu charme e elegância, tornou-se ainda mais vibrante com a presença de celebridades como as atrizes **Zendaya** (27) e **Charlize Theron** (48), que desfilaram estilo. *"Estou honrada em participar desse evento ao lado destas pessoas incrivelmente talentosas e brilhantes"*, declarou Zendaya. A cantora sul-africana **Tyla** (22), a modelo francesa **Cindy Bruna** (29) e a atriz e diretora americana **Elizabeth Banks** (50) também marcaram presença, assim como o músico **Mick Jagger** (81), acompanhado da eleita, **Melanie Hamrick** (36). *"Maravilhoso conhecer e apoiar essa temporada"*, disse o roqueiro e vocalista da banda Rolling Stones. *"Eu te amo, Paris! E já amo essa noite incrível. Que comecem os jogos!"*, destacou Elizabeth.

Tyla

Cindy Bruna

FOTOS: GETTY IMAGES

EVENTO MARCA PRÉ-JOGOS E ESTRELAS FESTEJAM TEMPORADA DE COMPETIÇÕES

Elizabeth Banks

Charlize Theron

Zendaya

UNE VIPS NA CIDADE LUZ

Personalidades da música, do cinema e dos esportes brilham em noite de luxo na capital francesa.

Mick Jagger e Melanie Hamrick

MOMENTOS

FOTOS: LUIS ROBAYO/AFP E GARRY JONES/ VIA GETTY IMAGES

O BRASIL COMEÇA SUA TRAJETÓRIA EM PARIS

ATLETAS DO JUDÔ E DO SKATE ABREM TABELA DE MEDALHAS

O judô e o skate garantiram as primeiras medalhas brasileiras nos Jogos Olímpicos de 2024. Na pista montada na Place de La Concorde, bem no centro de Paris, **Rayssa Leal** (16) voou com seu skate e garantiu a medalha de bronze no *street* feminino. *"Fizemos história. Eu não sei explicar tudo que estou vivendo. Só sei agradecer"*, disse a **Fadinha**. Já a judoca **Larissa Pimenta** (25) conquistou o

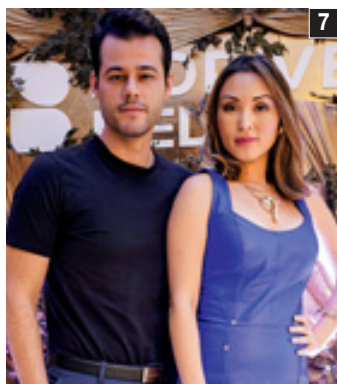
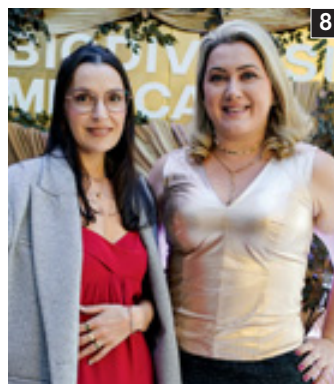
terceiro lugar no pódio na categoria feminina até 52 kg, enquanto o paulistano **Willian Lima** (24) abocanhou a prata – o japonês **Hifumi Abe** (26) foi ouro e o atleta do Cazaquistão **Gusman Kyrgyzbayev** (31) levou o bronze – no judô masculino até 66 kg. O atleta quebrou um jejum de 24 anos sem que o Brasil disputasse uma final de judô masculina em Olimpíadas.

Após a conquista, ele dedicou a medalha ao filho, **Dom**, de apenas 9 meses, que também está em Paris com a mãe, **Maju**. *"No mesmo momento, falei: quero meu filho acompanhando minha trajetória, quero que ele veja o pai fazendo história. Por mais que ele não lembre, hoje a gente tem o benefício de ter o celular para gravar. Sei que ele vai ficar feliz"*, afirmou o atleta.

PUBLIEDITORIAL

AGENDA

BIODIVERSITÉ

FOTOS: LINDOJOHNSON CASTILHO

INOVAÇÃO ESTÉTICA

1 - No bairro do Brooklin, na capital paulista, a Biodiversité Medical promove a chegada dos fios de sustentação MINT ao Brasil – inovação reconhecida mundialmente na área de rejuvenescimento e estética, capaz de proporcionar uma série de resultados naturais e duradouros –, com a presença dos cofundadores da marca, **Renan Quenca**, **Joyce Quenca** e **Otacilio Quenca**.

2 - A nutróloga **Marina Reis** e as dermatologistas **Hosana Reis** e **Veronica Tariki**.

3 - A dermatologista **Valéria Campos** e a oftalmologista **Fernanda Kono**.

4 - A executiva de vendas **Cristina Oliveira,** ao lado da médica dermatologista e palestrante **Flávia Nakamura**.

5 - A cirurgiã plástica **Karla Assis**, as dermatologistas **Alécia Brito**, **Katia Volpe** e **Clessya Rocha** e a fundadora da Clínica Gradowski, **Mariana Gradowski**, aproveitam evento para colocar o papo em dia.

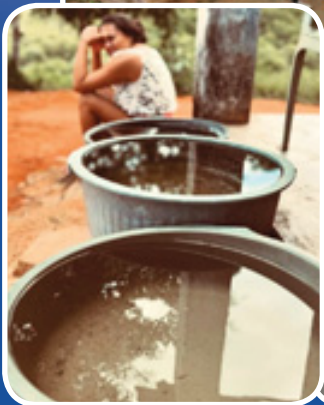
6 - A dermatologista **Nabila Scabini Pessotti**, o médico de reprogramação metabólica **Fernando Del Piero** e a dermatologista **Fernanda Barucci** prestigiam encontro que reúne um poderoso time de profissionais.

7 - O médico de estética e tecnologia **Alexandre Camara** e a dermatologista **Katia Ishi**.

8 - A dermatologista **Ana Paula Wosniaki** ao lado da especialista em estética facial **Viviane Nunes**.

9 - A endocrinologista **Priscila Hidalgo** e a dermatologista **Patrícia Hidalgo** marcam presença no lançamento.

10 - Os dermatologistas **Caio Matos**, **Samara Veras** e **Gustavo Coronel** ladeiam o diretor médico-científico **André Borba**.

11 - Os dermatologistas **Luciana Villas Bôas** e **André Alves**, a médica oftalmologista e medicina estética **Luciana Barbosa** e a dermatologista **Thaís Aranda** se reúnem para ver de perto a novidade que acaba de chegar ao País pela Biodiversité.

Ao lado dos pais, Nilza e Cláudio, jovem exalta trajetória na TV. Durante a Temporada de Inverno CARAS 2024, ele respira paz e tranquilidade.

LIÇÕES DE VIDA E ARTE DE JEAN

ATOR FAZ CONEXÃO ENTRE O PASSADO E O FUTURO E

PAULO CAMPOS
FALA DE AMADURECIMENTO

por **Fabricio Pellegrino** e **Daniel Palomares**
fotos: **Samuel Chaves**

Pode passar o tempo que for, mas personagens icônicos das novelas tendem a permanecer intactos na memória do telespectador. É o que acontece com **Jean Paulo Campos** (21) e seu eterno Cirilo, da trama infantojuvenil *Carrossel*, do SBT, exibida há mais de dez anos. E engana-se quem pensa que ele não gosta de ser lembrado ou reconhecido pelo seu primeiro trabalho na TV. "*Além de ter feito parte da minha infância,* Carrossel *continua sendo parte da infância de muita gente. É muito bom ver o carinho do público. Foi um personagem que mudou minha vida para sempre. Posso fazer qualquer trabalho, mas o Cirilo vai estar sempre ao meu lado*", avalia Jean, ao lado dos pais, **Cláudio** e **Nilza**, durante a Temporada de Inverno CARAS 2024, no Hotel Boutique Quebra-Noz, na bucólica Campos do Jordão.

"É muito bom ver o carinho do público. O Cirilo mudou a minha vida."

O ator já conhecia a cidade,

“É meio comum as pessoas se chocarem ao ver que eu cresci.”

Aos 21 anos, Jean ainda é reconhecido pelo público como o ingênuo Cirilo, de *Carrossel*. Sucesso nas redes sociais, ele passou a receber cantadas e até fotos sensuais, mas para se esquivar de alguns flertes indesejados, o ator usa história do personagem como desculpa: *“A Maria Joaquina vai ficar brava!”.*

mas foi a primeira vez que pôde curtir todos os passeios e delícias da região com a família. “*Não tinha como não trazer os dois porque é a cara deles. Eles amaram tudo! A gente foi ao Parque Capivari, fomos ao teleférico, pilotamos trenós! Convenci minha mãe a ir em todos os brinquedos, já que ela morre de medo de altura. É uma paz aqui, totalmente diferente da loucura de São Paulo, onde a gente vive*”, fala ele, que voltou a morar com seus pais, após passar temporada no Rio de Janeiro, enquanto gravava a sua primeira novela global, *Vai na Fé*, exibida no ano passado.

“É uma paz aqui em Campos, diferente da loucura de São Paulo, onde vivemos.”

Jean conta que, mesmo após mais de uma década do fenômeno *Carrossel*, o público ainda se espanta ao ver que ele cresceu e se tornou um homem. “*É muito comum que as pessoas se choquem, especialmente porque a novela foi para as plataformas de* streaming *e o pessoal mais novo está vendo só agora. Mas nós já gravamos há mais de 10 anos! Só quem me acompanha nas redes sociais já espera ver o Cirilo mais velho*”, diz o jovem ator, entre risos.

É justamente essa parte do público — que tem a consciência de que Jean cresceu — que aproveita para tirar uma casquinha do ator! Ele revela que costuma receber investidas nas redes sociais e até algumas fotos mais ousadas! “*Recebo muita cantada nas redes sociais, geralmente falam alguma coisa relacionada a* Carrossel*! Tinha uma época que vinha bastante* nude *também*”, confessa. E o legado de Cirilo vem a calhar em certos momentos! “*Acho que de uns dois anos para cá, a galera começou a dar mais em cima de mim. A maneira que eu faço para escapar de um flerte indesejado é dizer que a Maria Joaquina vai ficar brava!*”,

Jean rodou um filme que deve estrear no ano que vem. Sonhos? Viver um vilão na televisão e fazer Lázaro Ramos em uma cinebiografia do astro.

ironiza o ator, fazendo referência à personagem da atriz **Larissa Manoela** (23), por quem ele era apaixonado na trama. "*Essa é a herança que eu trouxe do Cirilo. Quando me apaixono por alguém, eu fico bobo*", admite.

Também de olho no futuro, Jean está cheio de novos projetos, incluindo um longa-metragem já gravado, mas ainda sem data de

"Sonho em fazer um vilão. Acho que tenho cara de bom moço, seria diferente."

estreia. O ator ainda reserva alguns sonhos: "*Eu queria fazer uma cinebiografia do **Lázaro Ramos**. E também sonho em interpretar um vilão. Já acho que tenho cara de bom moço, além dos meus personagens bonzinhos. Seria algo diferente*", sugere o ator, que iniciou carreira aos 2 anos, atuando em trabalhos publicitários.

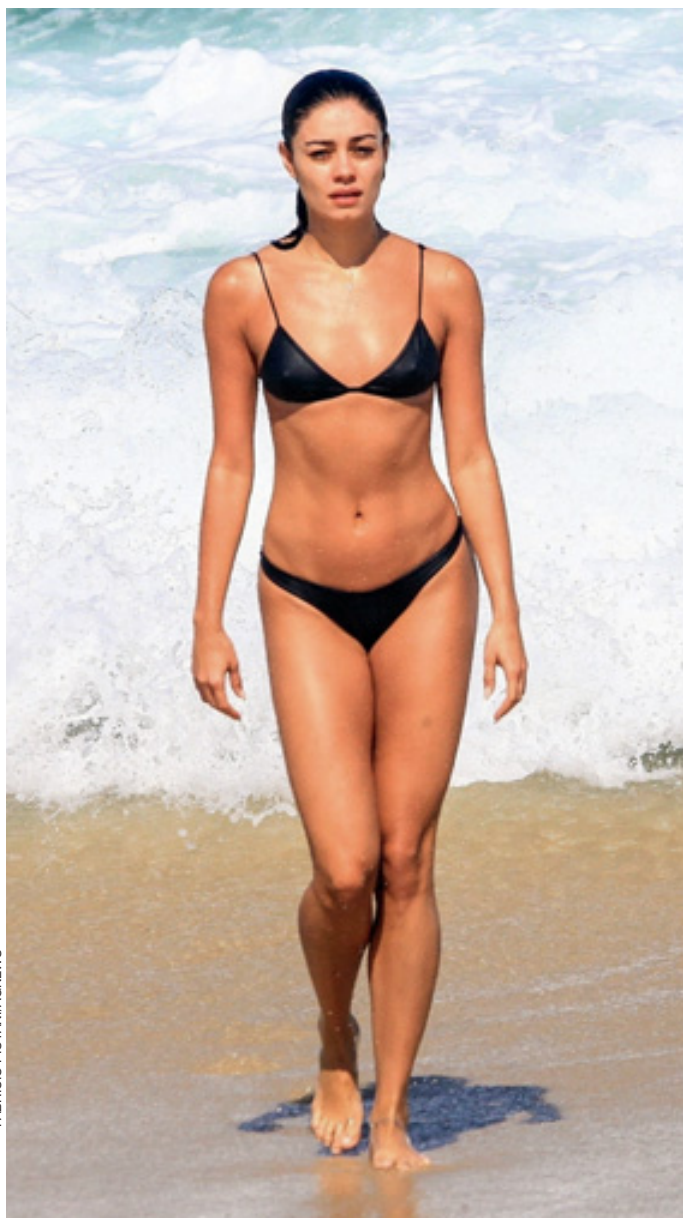
FOTOS: GETTY IMAGES

KAMALA HARRIS
ESPORTE E POLÍTICA

Vice-presidente dos Estados Unidos, **Kamala Harris** (59) comandou cerimônia que celebra os times da NCAA, a liga dos esportes universitários do país, nos jardins da Casa Branca, em Washington. Cotada para concorrer à presidência no lugar de **Joe Biden** (81), que desistiu da candidatura, ela falou sobre seus compromissos políticos. *"Nós estamos dispostos a continuar lutando pela América"*, disse ela, entre a jogadora **Jordynn Dudley** (19) e **Lynda Tealer**, da liga.

SOPHIE CHARLOTTE
DISCRIÇÃO EM ROMANCE

No ar com a trama global *Renascer*, a atriz **Sophie Charlotte** (35) fala com entusiasmo sobre a oportunista Eliana, sua personagem. *"Uma aventura sem fim nesse trabalho que me dá tanta alegria. Ela é muito completa, é abusada e é humana. Uma mulher errante e sobrevivente"*, definiu a estrela, que aproveitou sua folga das gravações para ir à praia, no Rio de Janeiro. Discreta em relação à vida pessoal, Sophie parece levar para a realidade o romance das telinhas. Par da atriz na novela, **Xamã** (34), que vive Damião, é apontado como seu novo *affaire* e, apesar de já terem sido vistos em diferentes ocasiões, inclusive trocando beijos em público, eles ainda não oficializaram o namoro. *"Eu estou muito feliz. Estou em um momento maneiro na minha vida e estou curtindo"*, limitou-se a dizer. Em abril deste ano, ela se separou de **Daniel de Oliveira** (47), com quem teve **Otto** (8), após oito anos de casamento. *"Para mim, a maternidade é feliz. É uma parte importante do que eu sou. Mas eu só entendi a importância dessa escolha quando fui mãe. Aprendo com meu filho"*, explicou ela.

FABRICIO PIOYANI/AGNEWS

LUIZA ANANIAS

BRILHO DE BETE COELHO
ELA LEVA CLÁSSICO AO PALCO

Parceiros na vida e na arte, a atriz **Bete Coelho** (62) e seu **Gabriel Fernandes** dividem a direção da nova versão da peça *As Lágrimas Amargas de Petra von Kant*, em cartaz na capital paulista. *"Teatro não é passatempo, é um assunto sério!"*, afirmou Bete, em uma recente entrevista. Escrito por **Werner Fassbinder** (1945-1982), o espetáculo já foi estrelado pela atriz **Fernanda Montenegro** (94), na década de 1980.

GETTY IMAGES

TARDE CIRCENSE PARA PALOMA E DAY
COM O FOFO DOM, ELAS FALAM DE MATERNIDADE

Respeitável público, é hora da diversão! No Rio, **Paloma Bernardi** (39) e **Day Mesquita** (38) voltaram a ser criança em tarde de circo. Amigas de longa data, as atrizes não economizaram na pipoca e nos carinhos do pequeno **Dom** (1), filho de Day com **Pedro Saeys** (29). *"Vejo a maternidade como algo muito potente. É um olhar de mais empatia e mais amor, pois sei exatamente o que é esse mundo de muitos sentimentos e de toda complexidade que envolve a maternidade"*, definiu Day, no ar com a novela global *Família É Tudo*. Apesar de ainda não exercer o papel de mamãe, Paloma já confessou que sonha em ter filhos, tanto que congelou os óvulos. *"Esse sonho de ser mãe acaba sendo adiado, mas ele vai acontecer porque eu tenho como propósito. É claro que vou tentar as vias naturais, mas ter eles ali, os óvulos congelados, já me deixa um pouco mais segura. É um desejo, mas tudo tem sua hora"*, admitiu a atriz, que está solteira e dedicada aos estudos.

ANDERSON BORDE/AGNEWS

MILÃO SE RENDE AO TALENTO E À VOZ DE DJAVAN
EM SHOW, O CANTOR EXALTA RELAÇÃO DE AMOR COM A ITÁLIA

Dono de músicas poéticas e de voz inconfundível, **Djavan** (75) fez show em Milão, na Itália, durante sua turnê pelo Velho Continente. Com mais de 50 anos de carreira, o alagoano confessou que o país é sua segunda casa. *"A razão pela qual amo a Itália, é que é um país que eu sempre voltaria, pois adoro tudo, a arquitetura, a comida, a atmosfera das pessoas. Tento vir pelo menos a cada dois anos, mas ultimamente eu estive ausente das cenas italianas"*, falou ele, pouco antes de subir ao palco. Ícone da música popular brasileira, Djavan transita com facilidade entre diferentes estilos como o jazz, o blues e o samba, além de se inspirar nas raízes nordestinas. *"A minha maneira de escrever foi, durante um bom período, algo que despertou polêmica. Enfim, não tive vida fácil em momento algum. O que funciona para mim é o desejo de compor. No entanto, se você tem amor no coração, as coisas fluem melhor. Eu invento amores e invento situações. Se não fosse a imaginação, a arte não existiria. Esse é o elemento primordial"*, explicou ele, cuja passagem pela Itália marcou o encerramento da turnê que teve uma programação intensa: ao todo, foram 90 shows nacionais e internacionais.

PERFIL

Fundador da edição original: Jorge Fontevecchia. Caras é editada na Argentina, Brasil, Portugal e Uruguai.
Presidente: Luis Fernando Maluf.
Vice-Presidente: Wardi Awada.
Diretor Corporativo: Márcio Maffei.
Finanças e Controle: Filipe Medeiros.
Marketing e Circulação: Luciana Romano.
Marketing Publicitário: Lana Bitu.
Diretor de Publicidade: Fernando Leomil.
Internet: Tomás Rocha Sampaio.
Conteúdo digital: Ademir Correa.

CARAS **Lançada em 1993**

Editor-Chefe: Fabricio Pellegrino; **Subeditora:** Tamara Gaspar (SP); **Redação:** Mariana Silva. **Revisão:** Hellen Ribeiro; **Editor de Arte:** Gustavo Henrique Mendes: **Fotografia:** Tainara Amaral; **Prepress:** Emerson Cação; **Gerente de Publicidade:** Andrea Pezzuto; **Publicidade:** Conceição Augusto, Rosana Diniz, Rita Cintra e Valeria Alves; **Opec:** Meire Mariano e Vania Almeida; **Tecnologia:** Victor Fontes e Ricardo Jota; **Colaboraram nesta edição:** Daniel Palomares e Fernanda Chaves (Reportagem); Alana Sala (Design); João Pedro Estevo (Design); Samanta Ribeiro Brassoli (Foto).

Para assinar ou resolver os assuntos relativos à sua assinatura, acesse: www.assineclube.com.br
Se preferir ligue: São Paulo: (11) 3512-9479 - Rio de Janeiro: (21) 4063-6989. Belo Horizonte: (31) 4063-8156. Segunda a sexta-feira das 9h às 18h. Para direitos de reprodução dos textos e imagens de CARAS, email para: **licenciamento@caras.com.br**

Redação e Correspondência
SÃO PAULO: Av. Eusébio Matoso, 1.375, 10º andar, Pinheiros, CEP 05423-180, SP, Brasil; **Publicidade**: Tel. 2197-2104/2122

CARAS (ISSN 0104-396X) é uma publicação semanal da Perfil Brasil. **Edições anteriores**: Solicite ao seu jornaleiro pelo preço da última edição em bancas, mais despesa de remessa; sujeito a disponibilidade de estoque. **Distribuída na Grande São Paulo pela BrancaLeone Distribuidora. No Grande Rio pela Apache Logística** e para as demais regiões do Brasil, **pela Ediouro Publicações. CARAS** não admite publicidade redacional. A **CARAS** informa que não realiza cobrança telefônica de débitos pendentes e não aplica qualquer tipo de multa em virtude de cancelamento de assinatura. Todos os nossos boletos são emitidos através do banco Santander em nome da Perfil Brasil. Em caso de dúvida, ligue para nós.

NOTA DO EDITOR I: Ninguém está autorizado a, em nome da revista CARAS, propor a realização de eventos, viagens e/ou qualquer tipo de promoção. Recomendamos confirmar todo contato em nossos escritórios.

NOTA DO EDITOR II: A CARAS agradece a todos aqueles bem-intencionados que fazem chegar presentes e convites pessoais a seus funcionários, mas informa que, pela nova política da casa, os presentes serão direcionados a pessoas carentes e os convites não poderão ser aceitos: neste caso, todas as propostas de viagens devem ser de caráter profissional e direcionadas à Superintendência da revista para tomada de decisão. A revista CARAS não está autorizada a fornecer endereços, números de telefones nem quaisquer outras informações pessoais dos famosos.

Editora Responsável
Wardi Awada

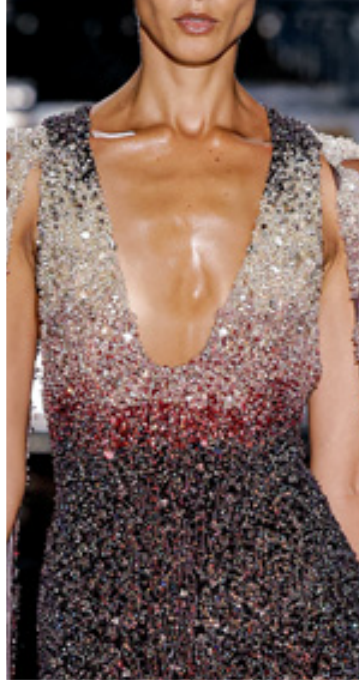
Impressa na Referência Gráfica e Editora:
Rua: François Coty, 228
São Paulo - SP, CEP: 01524-030

READY TO WEAR – FALL 24 COUTURE | PARIS

Por **Paula Martins**
@paulamartins_oficial

ZUHAIR MURAD

A força da natureza!

O estilista libanês **Zuhair Murad** (53) promoveu uma reflexão sobre o poder feminino em sua mais recente coleção de alta-costura. Para dar vida à ideia, o designer buscou sua inspiração nas forças da natureza, usando de paralelos e de metáforas como as florestas que ressurgem das cinzas depois das queimadas ou como as leoas feridas que continuam a correr pelas savanas. Os conceitos de cura, resiliência e ressurgimento também são explorados por Murad por meio do ideal mais puro de beleza, que aqui é vista em seus exímios e conhecidos bordados e aplicações elaborados que promovem uma experiência verdadeiramente contemplativa. A mulher idealizada pelo estilista pode se apresentar de diversas formas e possuir personalidades distintas, mas sua visão passional sobre a vida é a que lhe interessa. As graduações dos sentimentos femininos são representadas aqui pelo trabalho em degradê e pela mistura da transparência com a densidade de materiais robustos; as cicatrizes, especialmente as emocionais, são retratadas na coleção pelos bordados e pedrarias aplicados em formas abstratas que remetem aos cacos de um espelho quebrado. A coleção mostra um lado mais obscuro do estilista, que trabalhou com tons mais profundos, com matéria-prima pesada e com as aplicações mais conceituais do que representativas, como nas coleções anteriores. E isso se dá justamente pela inspiração de caráter menos literal e mais filosófico que acometeu o estilista nesta temporada, voltada para a complexidade da formação do que é conhecido como poder feminino.

Bordados extremamente elaborados mostram a sofisticação e o poder femininos na passarela de forma contemplativa.

FOTOS: GETTY IMAGES

MARINGÁ - PARANÁ

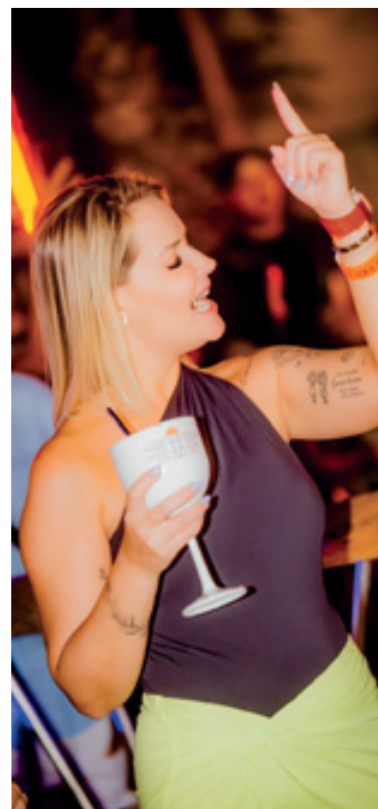
O **The Beach** é um dos mais charmosos beach club do Paraná.

O ambiente valoriza o estilo open air e tem uma decoração incrível que vai te dar a sensação de estar na praia literalmente.

Com uma vasta grade de eventos e shows de quarta a domingo, o **The Beach** tem diversos shows nacionais confirmados, além de labels e eventos especiais!

Venha sentir a vibe **The Beach** e experimente também nosso delicioso cardápio e a completa linha de bebidas premium à disposição!

Informações: **44 99108-4002**

COZINHA DE CARAS

GRÃO-DE-BICO

O grão-de-bico (*Cicer arietinum*) está entre as leguminosas mais plantadas no mundo. A Índia é o maior cultivador do grão, sendo responsável por 70% da produção. Outros grandes produtores são Paquistão, Turquia, Síria e México. Para atender ao mercado interno, o Brasil o importa do Chile, México e Argentina. Embora possa ser plantado na maioria das regiões brasileiras, é mais cultivado no Sul e nas áreas de cerrado. O grão-de-bico pertence à família das fabáceas — no passado chamada de leguminosas —, a mesma do feijão, da ervilha e da lentilha. É usado como um alimento desde tempos remotos. A planta, uma herbácea que produz uma vez por ano, atinge 60 centímetros de altura. Tem flores brancas, rosadas ou azuladas. Suas vagens são lisas e ovaladas, contendo uma a três sementes. Os grãos são de cor castanho-clara, arredondados e com uma ponta ou bico, por isso é chamado grão-de-bico. A única espécie cultivada é a *Cicer arietinum*, que tem muitas variedades, agrupadas em dois tipos: o *Desi*, de grãos menores e mais escuros, é o mais produzido; e o *Kabuli*, de grãos maiores e mais claros, o mais consumido no Brasil. Existem muitas formas de preparar o grão. Pode ser consumido como o feijão, em sopas, refogado, em saladas e na forma de purê e suflê. Ou transformado em farinha e adicionado às massas de pães e de bolinhos. Com o grão hidratado, já sem pele e triturado faz-se um bolinho frito similar ao acarajé, que os árabes chamam *falafel*. Com ele se faz ainda o *homus*, prato oriental preparado com o grão cozido amassado com alho, limão e pasta de gergelim e servido com o chamado pão pita. Os hindus usam o grão em pratos doces e salgados e ainda consomem as folhas da planta em saladas.

Receitas, produção, estilismo culinário e pesquisa de texto e informações nutricionais: Maria Luiza de Brito Ctenas.

GETTY IMAGES

SAÚDE

É bom para

Regular o intestino, pois contém grande quantidade de fibras, que estimulam o peristaltismo intestinal; e ser usado como fonte de minerais (cobre, ferro, magnésio, fósforo).

É ruim para

Pessoas que tenham predisposição a apresentar flatulências, principalmente quando estiverem de cama, porque pode formar gases, o que causa muito desconforto.

FICHA TÉCNICA

100 g de grão-de-bico cozido:

- Calorias - 166 kcal
- Proteínas - 9,20 g
- Carboidr. - 27,6 g
- Gordura - 2,45 g
- Fibras - 5,29 g
- Niacina - 0,552 mg
- Vit. E - 1,17 mg
- Cálcio - 49 mg
- Ferro - 3 mg
- Magnésio - 70,5 mg
- Fósforo - 167 mg
- Potássio - 291 mg
- Sódio - 6,74 mg
- Zinco - 1,54 mg

COMO SE ESCOLHE

Os grãos são comercializados secos, a granel ou embalados. Observe a sua validade e as condições dos grãos, que devem estar sem buracos ou manchas, sinal da presença de carunchos. Os grãos devem ser bojudos com pequenas ondulações. Evite se estiverem muito ressequidos, enrugados ou com tonalidade alaranjada. A pele deve estar íntegra. Se estiver se soltando, pode ser que esteja velho e levará mais tempo p/ cozinhar. Encontra-se grão-de-bico também em conserva, já cozido, em vidro e lata. Observe sempre prazo de validade e jamais compre com tampa estufada ou enferrujada. A água precisa estar límpida.

COMO SE PREPARA

Antes do preparo, retire as pedrinhas e grãos furados ou manchados. Lave, ponha em tigela e cubra com água. Se tiver tempo, deixe de molho por 12 horas. Troque de água e cozinhe com temperos como alho, cebola ou ervas, mas s/ sal, que dificulta o cozimento. Em panela de pressão, cozinha em ½ hora; panela comum, em 2 horas. Na panela de pressão, junte óleo p/ não entupir a válvula. Quando a válvula chiar, deixe em fogo baixo até o fim do cozimento. Se a receita pedir que tire a película, esfregue os grãos depois que os deixar de molho ou após uma rápida fervura, caso não os tenha deixado de molho.

MINHA RECEITA

Cristina Longhi (terapeuta)

Vou fazer o *Stronogoff de Grão-de-Bico*. Deixo 500 g de grão-de-bico de molho de um dia para o outro. Descarto a água e coloco em uma panela de pressão com água até que cubra o grão-de-bico. Somo o sal e alho a gosto. Cozinho por 15 minutos após pegar pressão. Em uma frigideira, coloco um fio de azeite, 3 dentes de alho e refogo o grão-de-bico. Acrescento o molho de tomate pronto a gosto e 1 lata de creme de leite. Misturo bem e está pronto! Eu sirvo com arroz e batata-palha. É uma receita rápida e muito saborosa!

LIGHT

CUSCUZ COM ABOBRINHA E BERINJELA

Hidrate cuscuz por 10 min numa tigela com 250 ml de água fervente. Numa panela, refogue pimentão, abobrinha, berinjela e cebola no azeite até ficarem *al dente*. Incorpore cuscuz e sal. Cozinhe por 3 min, mexendo com dois garfos para a sêmola soltar-se. Misture grão-de-bico e tire do fogo. Bata no liquidificador *grapefruit* com hortelã e adoçante. Passe por peneira e misture iogurte e pimenta. Sirva com cuscuz modelado em aro vazado de 6 cm. Hortelã decora.

P/ 4 porções: 1 xíc. de cuscuz (sêmola de trigo), ½ pim. verm. picado, 1 abobrinha e ½ berinj. em cubos peq., 1 cebola pic., 2 col. (s) de azeite, 2 col. (c) de sal, 1 xíc. de grão-de-bico cozido, polpa de 1 *grapefruit*, 10 folhas de hortelã, 1 col. (c) adoçante em pó forno e fogão, 6 col. (s) de iogurte desn., pitada de pimenta.

RÁPIDA

SALADA DE MINIFOLHAS, QUEIJO E BACON

Ponha numa saladeira as minifolhas, o queijo gorgonzola e o grão-de-bico. Misture delicadamente. Reserve. Coloque o bacon numa frigideira. Leve ao fogo baixo e deixe fritar, mexendo sem parar, até que ele fique bem crocante. Escorra toda a gordura com cuidado. Coloque na frigideira o azeite de oliva, o vinagre, a mostarda e o sal. Misture. Cozinhe, mexendo sem parar, até aquecer. Retire do fogo. Regue a salada com este tempero e salpique os *croûtons*.

Para 4 porções: 4 xíc. de minifolhas bem higienizadas, lavadas e secas, 100 g de queijo gorgonzola picado, 1 xíc. de grão-de-bico cozido em conserva, 6 col. (sopa) de bacon picado em cubos pequenos, 4 col. (sopa) de azeite de oliva, 2 col. (sopa) de vinagre de vinho tinto, 1 col. (sopa) de mostarda de Dijon, 1 pitada de sal, ½ xíc. de *croûtons*.

ECONÔMICA

PÃO DE ALHO E AZEITONA

Misture, numa tigela, o leite morno, o fermento, o açúcar, o sal, o azeite de oliva. Junte o ovo, o grão-de-bico e a farinha. Sove a massa até ficar bem homogênea. Cubra e reserve por 1 hora. Abra-a formando um retângulo de 35 x 25 cm. Espalhe alho misturado com azeitonas, manteiga e grão-de-bico. Enrole e ponha numa assadeira. Deixe crescer por cerca de 30 min. Asse em forno preaquecido a 180 °C até dourar. Sirva em fatias com espetinhos.

Para 4 porções: 100 ml de leite, 1 tablete de fermento biológico de 15 g, 1 col. (sopa) de açúcar, 1 (chá) de sal e 2 (sopa) de azeite, 1 ovo, ½ xíc. de grão-de-bico cozido e amassado, 1 e ½ xíc. de farinha de trigo, 3 dentes de alho amassados, ½ xíc. de azeitonas verdes picadas, 2 col. (sopa) de manteiga, 1 xíc. de grão-de-bico cozido, espetinho de azeitonas e minitomates.

GOURMET

FOTOS: ANDRÉ CTENAS

ATENÇÃO: 1 COLHER DE SOPA: 15 ML — 1 COLHER DE CHÁ: 5 ML — 1 XÍCARA (CHÁ): 240 ML

MAGRET COM RAGU AO LIMÃO

Faça um corte em cruz em 4 limões. Ponha em recipiente de vidro esterilizado. Junte sal grosso, suco dos outros limões, louro, pimenta e canela. Cubra com água. Feche e reserve por 30 dias. Hidrate, por 12 horas, grão-de-bico no caldo. Ponha na panela e cozinhe por 90 min. Noutra panela, refogue cebola na manteiga. Junte metade do grão-de-bico e amasse. Adicione grão-de-bico restante, vinho e sal. Cozinhe até encorpar. Junte cheiro-verde. Sirva com limão em conserva e *magret*.

P/ 4 porç.: 8 limões-sicilianos médios, ½ xíc. de sal grosso, 4 fol. de louro, 10 grãos de pim.-do-reino, 4 ped. de canela em pau, 2 xíc. grão-de-bico, 2 litros de caldo carne caseiro, 1 cebola méd. pic., 4 col. (s) manteiga, ½ xíc. de vinho br., 1 col. (c) de sal, 1 xíc. de cheiro-verde picado, *magret* grelh. e fatiado, alecrim.